

## Cómo usar torniquetes para detener una hemorragia

Después del atentado en el Maratón de Boston el 15 de abril de 2013, 27 pacientes con hemorragia potencialmente mortal fueron salvados gracias a los torniquetes realizados por personas que se encontraban en el lugar del hecho.

### ¿Qué es un torniquete?

Un **torniquete** es un instrumento que se coloca alrededor de una pierna o brazo donde hay una hemorragia. Los torniquetes funcionan ejerciendo presión en grandes vasos sanguíneos. La presión ayuda a detener la pérdida de sangre.

### ¿Cómo coloco un torniquete?

Los torniquetes pueden hacerse con cualquier material disponible. Por ejemplo, puede usar una venda, una tira de tela o incluso una camiseta. El material debe tener, al menos, entre 2 y 3 pulgadas de ancho. Además, el material debe superponerse. Si usa tiras angostas o material con menos de 2 pulgadas de ancho puede desgarrar o cortar la piel.

En general, los torniquetes usan un garrote para aumentar el ajuste. Los torniquetes inflables (por ejemplo, los hechos a partir de manguitos para medir la presión arterial) pueden funcionar bien. Pero se los debe revisar atentamente para detectar pequeñas pérdidas.

El vaso sanguíneo lesionado no siempre se encuentra directamente debajo de la herida en la piel. Coloque el torniquete entre el vaso sanguíneo lesionado y el corazón a, aproximadamente, 2 pulgadas de distancia del borde de la herida más cercana. No debe haber elementos extraños (por ejemplo, objetos en un bolsillo) debajo del torniquete. Coloque el torniquete sobre un hueso, no sobre una articulación.

### ¿Qué más debo saber?

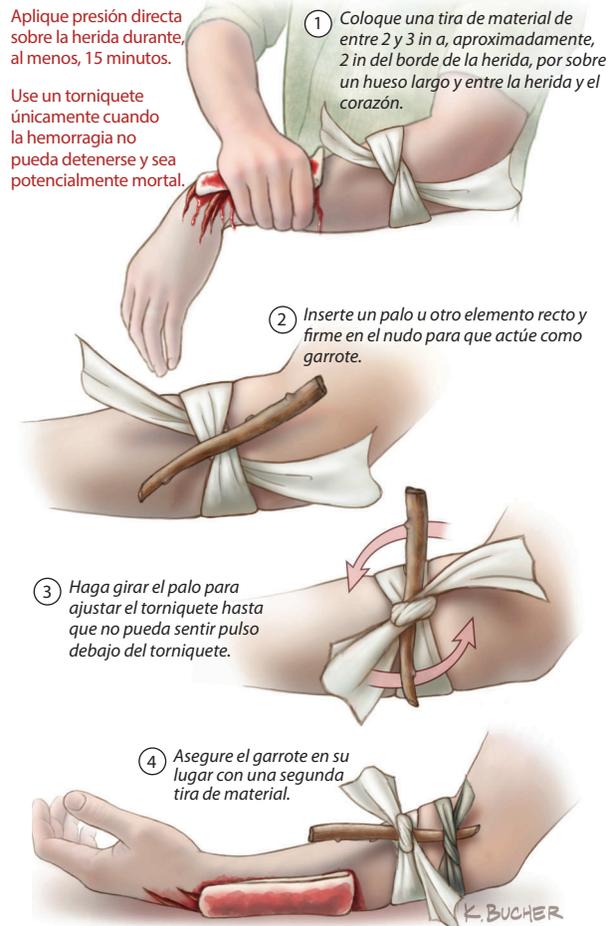
La hemorragia deberá detenerse al poco tiempo de haber ajustado el torniquete. Deberá colocar un segundo torniquete por encima del primero si la hemorragia no se detiene y usted no puede ajustar el torniquete, o si el brazo o la pierna se hinchan por encima del torniquete.

Una vez que controle la hemorragia, haga lo siguiente:

- Marque el tiempo en el brazo o la pierna
- Mantenga el torniquete visible
- Controle el brazo o la pierna cada 2 horas para detectar:
  - Hinchazón
  - Una nueva hemorragia
  - Aumento de la rigidez muscular

**No retire ni afloje el torniquete hasta que disponga de asistencia médica profesional.**

### Cómo aplicar un torniquete de garrote



Mantenga el torniquete visible y controle que la herida no sangre. Anote la hora y observe que no haya hinchazón por debajo del torniquete.

### PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

About Health: How to Use a Tourniquet (Acerca de la salud: cómo usar un torniquete)

[http://firstaid.about.com/od/bleedingcontrol/ss/07\\_tourniquet.htm#showall](http://firstaid.about.com/od/bleedingcontrol/ss/07_tourniquet.htm#showall)

Autor: Dr. Joseph M. Galante

Fuente: King DR, Larentzakis A, Ramly EP; Boston Trauma Collaborative. Tourniquet use at the Boston Marathon bombing: lost in translation (El uso de torniquetes después del atentado en el Maratón de Boston: pérdidas en la traducción). *J Trauma Acute Care Surg*. 2015;78(3):594-599.

La Hoja para el Paciente de JAMA es un servicio público de JAMA. La información y las recomendaciones que aparecen en esta hoja son adecuadas en la mayoría de los casos, pero no reemplazan el diagnóstico médico. Para obtener información específica relacionada con su afección médica personal, JAMA le sugiere que consulte a su médico. Los médicos y otros profesionales de atención médica pueden fotocopiar esta hoja con fines no comerciales para compartirla con los pacientes. Para comprar reimpresiones en grandes cantidades, llame al 312/464-0776.