

---

## Cómo actuar ante una sospecha de fractura o lesión importante después de una caída

### ¿Qué es?

Es muy frecuente que los niños sufran caídas y accidentes mientras juegan o hacen deportes.

[La fractura](#) es la rotura de un hueso. Son muy frecuentes en la niñez. La causa más frecuente son las caídas.

[El esguince](#) ocurre cuando los ligamentos se han estirado demasiado o están parcialmente desgarrados. Los ligamentos son las conexiones que mantienen los huesos juntos. Suelen pasar en los niños mayores y adolescentes.

### ¿Qué hay que saber?

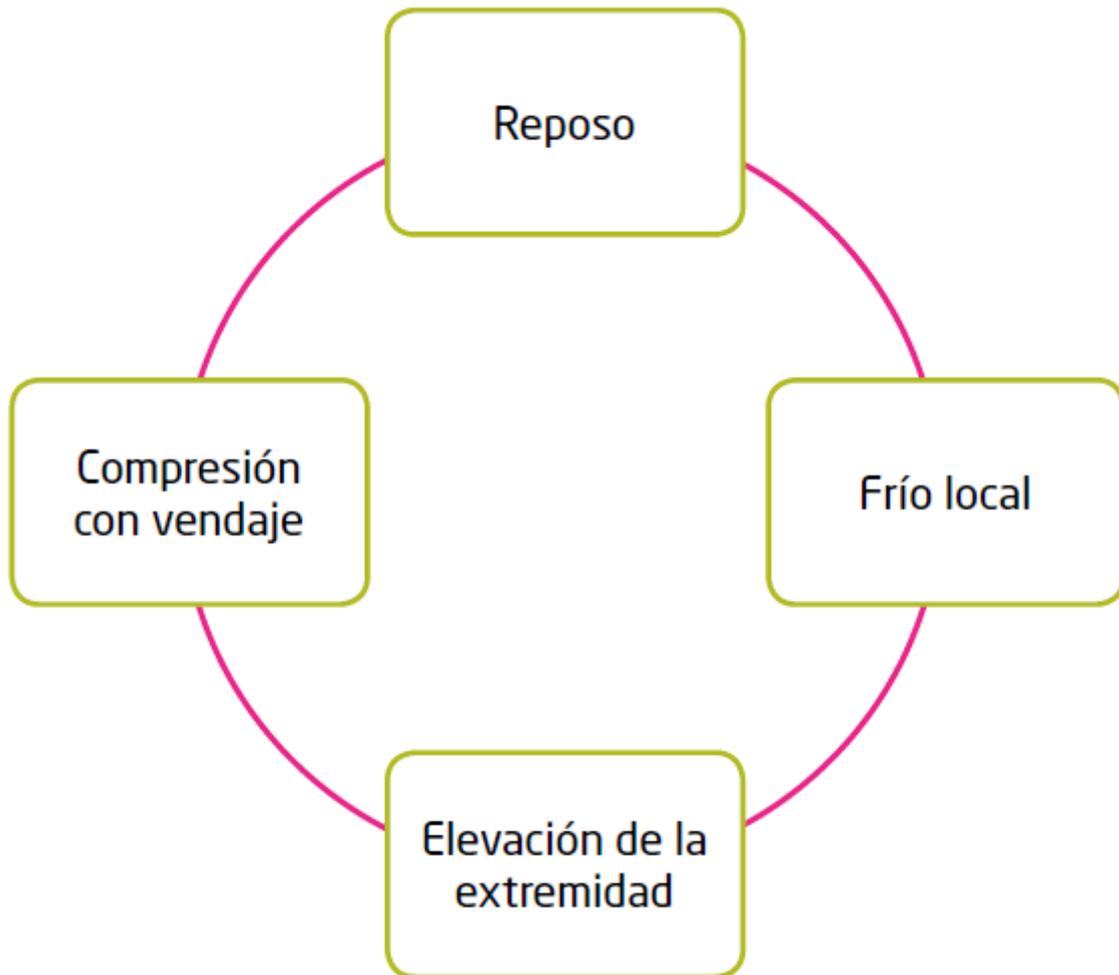
Debe sospechar una fractura si ha sentido o escuchado el ruido de un hueso como si se quebrara. También si tiene dificultades al mover la parte donde se ha golpeado o bien la mueve de forma poco natural o le duele mucho al tocarse. En los niños muy pequeños a veces es difícil sospechar una fractura porque no saben describir lo que sienten.

Debe sospechar un esguince si ha visto una torcedura y el niño refiere dolor o aparece hinchazón sobre el área lesionada.

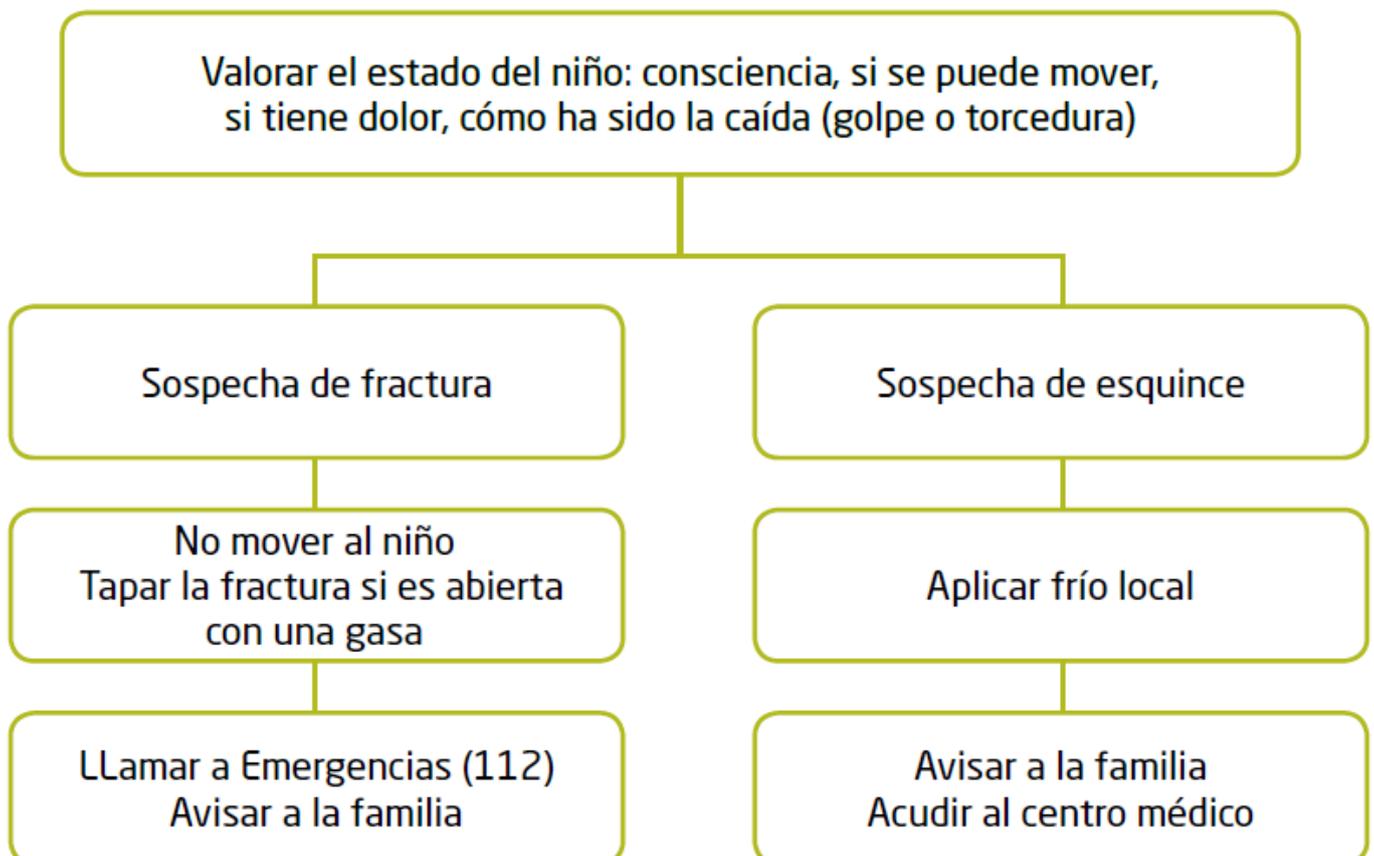
### ¿Cómo actuar?

- Si se sospecha la fractura de un hueso debemos llamar al 112.
- Si la herida está localizada en la espalda o en el cuello no se debe mover al niño salvo que corra peligro.
- Si el niño tiene una [herida](#) por donde puede verse el hueso sobresalir y existe sangrado se debe aplicar presión con una compresa de gasa. No intente empujar hacia adentro la parte del hueso que puede estar visible.
- Si no sangra, coloque una bolsa de hielo cubierta con una gasa sobre el área lesionada.
- Mantenga al niño tumbado hasta que llegue la ayuda médica.
- Si se sospecha un esguince debe aplicar una bolsa de hielo cubierta con una gasa sobre el área lesionada. [No aplique calor](#) porque incrementa el dolor y la hinchazón.
- Avisar a la familia.

### Pilares del tratamiento inicial de un esguince



**Protocolo de actuación ante una caída con fractura o esguince**



## Recursos

- [Los 5 pasos que hay que seguir si nuestro hijo sufre una torcedura, un esguince o una fractura](#)
- [Primeros auxilios para las fracturas y esguinces](#)

Fuente: **Cómo actuar ante una sospecha de fractura o lesión importante después de una caída** ([descarga pdf](#) del capítulo) En: *GUÍA DE AYUDA PARA CENTROS DOCENTES. Manejo práctico de los problemas de salud pediátricos más frecuentes. Consejos para el profesorado y los cuidadores escolares.* Grupo de Educación para la Salud de la AEPap, actualizada en 2023.

**Presentación powerpoint** [en formato pdf](#).

## Más información en Familia y Salud

- [¿Es cierto que los niños son de goma???](#)
- [¡Me han puesto una escayola! ¿Y ahora qué?](#)
- [Cojera en la infancia](#)
- [Recomendaciones generales en el tratamiento de las lesiones deportivas](#)
- [Esguince de tobillo](#)

---

**Fecha de publicación:** 5-08-2019

*Última fecha de actualización:* 25-10-2023

**Autor/es:**

- [Grupo de Educación para la Salud](#). AEPap.

