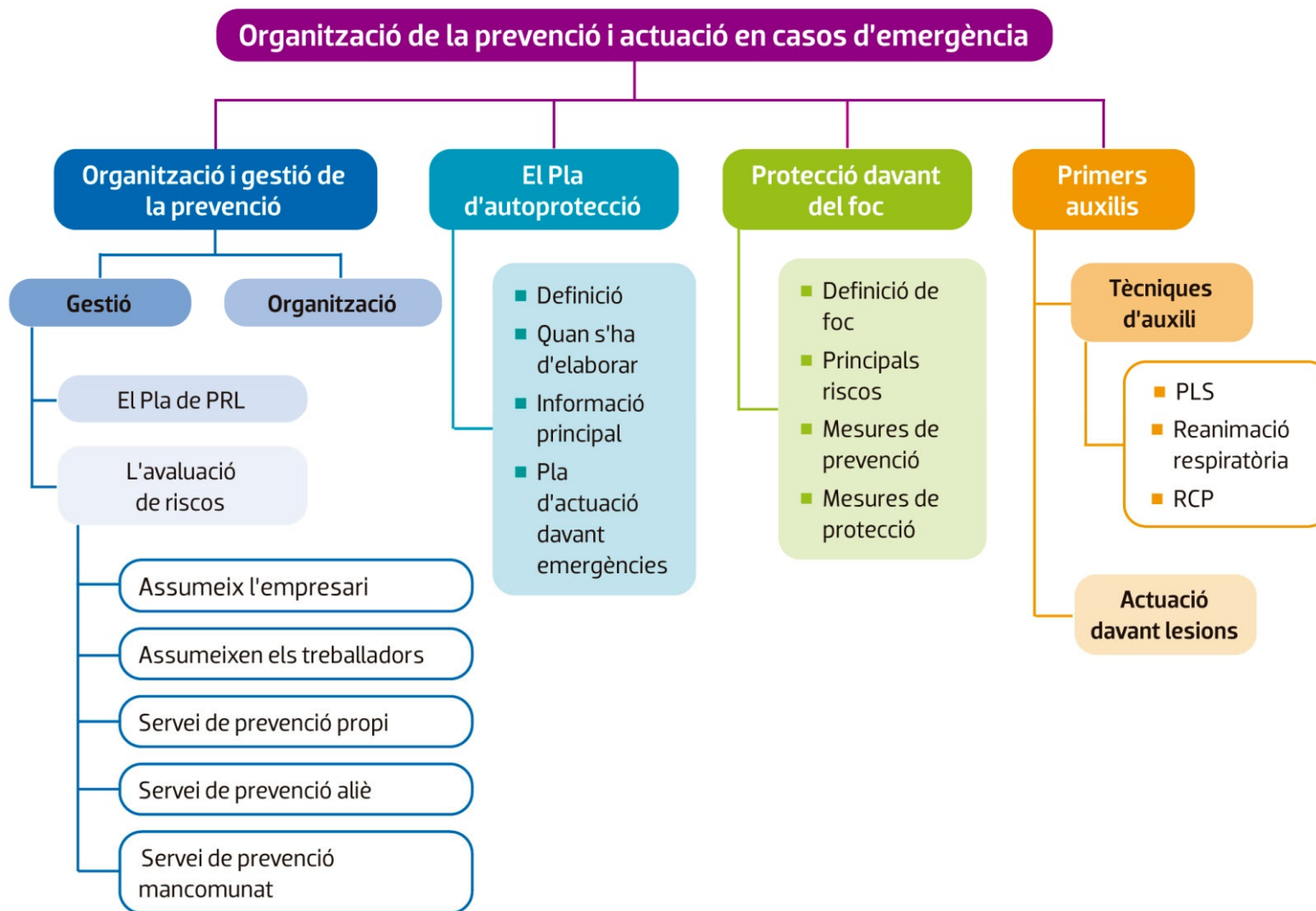




1. La gestió de la prevenció
2. L'organització de la prevenció
3. El Pla d'autoprotecció
4. Protecció davant del foc
5. Primers auxilis



## Organitzo les meves idees



## 1. La gestió de la prevenció



La Llei de prevenció de riscos laborals obliga les empreses a dissenyar un sistema de gestió de la prevenció



**El Pla de prevenció de riscos laborals**



- Política de prevenció en l'empresa.
- Organització de la prevenció en l'empresa.
- Procediments que cal seguir.

### L'avaluació de riscos

Què és?

Quina finalitat té?

Què inclouen?

- Riscos: identificació i valoració
- Mesures preventives

Quan es realitzen?



L'empresari assumeix  
personalment l'activitat  
preventiva

Es designen un o  
diversos treballadors

**Formes d'organitzar la prevenció en una empresa**

Servei de  
prevenció propi

Servei de  
prevenció aliè

Servei de prevenció  
mancomunat

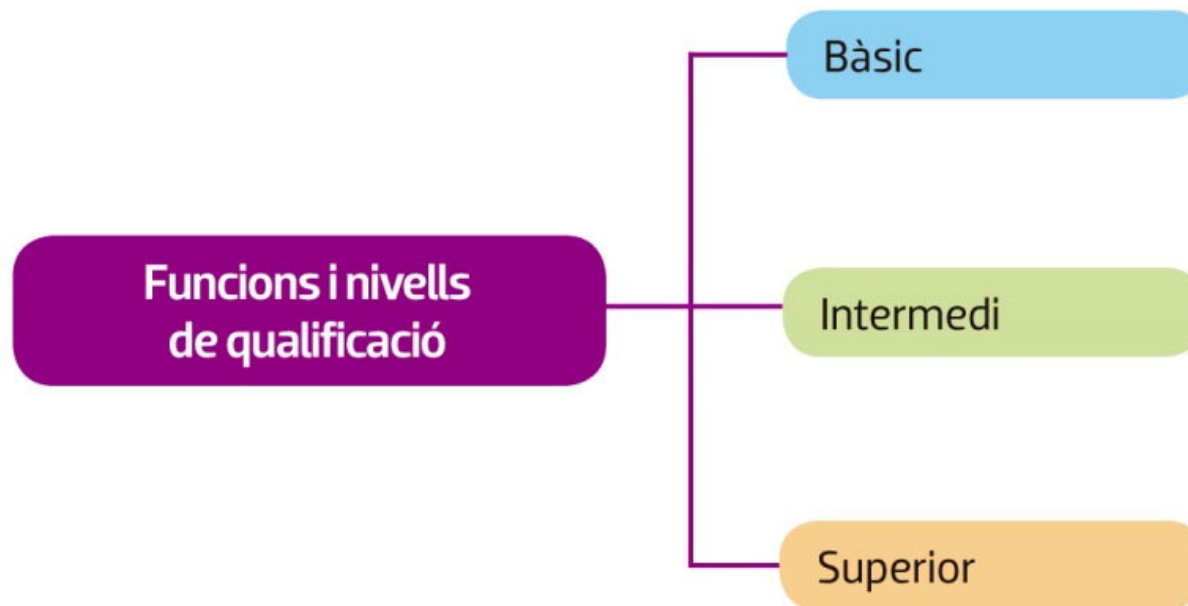
## 2. L'organització de la prevenció

**Les auditories**

Les empreses que no hagin concertat el servei de prevenció amb una entitat especialitzada hauran de sotmetre el seu sistema de prevenció al control d'una **auditoria**

**Excepte** les empreses de fins a 50 treballadors:

- les activitats de les quals no siguin especialment perilloses
- en les quals l'eficàcia del sistema preventiu resulti evident pel nombre limitat de treballadors i la complexitat escassa de les activitats preventives



## 3. El Pla d'autoprotecció



### Informació principal del Pla d'autoprotecció

- Característiques i dades generals de l'edifici i instal·lacions.
- Inventari, anàlisi i avaluació de riscos interns i externs.
- Mitjans materials i humans preventius, formació, manteniment preventiu i responsable del Pla d'autoprotecció.
- Pla d'actuació davant emergències.
- Implantació del Pla d'autoprotecció i les seves revisions, que s'ha de fer amb una periodicitat no superior a 3 anys.

### Quan s'ha d'elaborar un pla d'autoprotecció?

**Activitats  
que originen  
emergències**

Annex I.  
Norma bàsica  
d'autoprotecció

**Sectors  
especialment  
perillosos**

Normativa  
específica del  
sector

**Situació en  
la comunitat  
autònoma**

Norma pròpia  
autonòmica



## 4. Protecció davant del foc

## Principals riscos dels incendis

- Els **vapors tòxics** que asfixien les persones.
- El **fum** dificulta la visió i amb això la fugida, provoca mal de cap, tos i marejos, i després nàusees, irritació dels ulls i dificultat per respirar. Si es continua respirant, pot causar la mort.
- El **pànic** altera el comportament i, fins i tot, provoca suïcidis.

## Mesures de prevenció

Actuació  
en el  
combustibleEliminar  
l'oxigenSuprimir  
la calor

Boca d'incendi equipada (BIE)

Equips de prevenció i  
lluita contra incendis



### MÈTODE PAS

#### PROTEGIR

Vetllar per la seguretat de l'accidentat i del socorrista. Per a això:

- Senyalitzar el lloc de l'accident.
- Eliminar possibles amenaces.
- Només si hi ha risc per a l'accidentat, desplaçar-lo.

#### AVISAR

Contactar amb els serveis d'emergència i informar clarament de:

- Nombre i estat aparent dels ferits.
- Presència o no d'altres perills.
- Lloc exacte del succés.

#### SOCÓRRER

Atendre el ferit i valorar-ne les constants.



Guia de primers auxilis de la Creu Roja





### PAS 1: Avaluació de l'entorn i primer contacte amb la víctima

- Realitzar una inspecció visual per **avaluar l'entorn**
- **Contactar amb la víctima** preguntant-li: «Estàs bé?»
- Demanar ajuda especialitzada al 112

### PAS 2: Valoració primària

Parlar al ferit, observar si respira o sagna i prendre el pols

Si la **víctima respon** (conscient), cal mantenir-la en la mateixa posició i tractar de saber què li passa amb una valoració secundària.

Si la **víctima no respon** (inconscient), cal actuar segons l'estat del lesionat:

- Respira i té pols: s'ha de col·locar en posició lateral de seguretat.
- No respira i té pols: s'ha d'aplicar la reanimació respiratòria.
- Ni respira ni té pols: s'ha d'iniciar la reanimació cardiopulmonar.

### PAS 3: Valoració secundària

Exploració ràpida, ordenada i conscienciosa del ferit buscant lesions.



### Posició lateral de seguretat

1



S'ha de posar el braç més proper al socorrista en angle recte amb el cos, el colze doblegat amb el palmell de la mà cap amunt.

2



S'ha de portar el braç allunyat del socorrista encreuant el tòrax i s'ha de recolzar el dors de la mà contra la galta del costat contrari de la víctima.

3



Amb l'altra mà, s'ha d'agafar la cama més allunyada just per sobre del genoll i s'ha d'aixecar, mantenint el peu recolzat a terra, i s'ha de girar el cos fins que quedi de costat.

4



S'ha de col·locar el dors de la mà del costat extern a sota de la galta.



**Posició lateral de seguretat**



### Reanimació respiratòria

#### Pas 1: Preparació per a la respiració

- S'ha d'ajure la víctima de boca per amunt sobre un pla dur.
- Se li ha de girar el cap si vomita.
- Se li han de treure, afuixar o estripar les robes que li oprimeixen la gola, el tòrax o l'abdomen.
- Se li ha d'inspeccionar la boca i extreure'n qualsevol cos estrany.

#### Pas 2: Obertura de les vies aèries

S'ha de reanimar amb la **maniobra front-mentó** o la **tracció mandibular**.

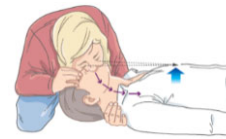
#### Pas 3: Mirar, escoltar i sentir

S'ha de comprovar que la respiració és normal; si no, cal aplicar-hi l'RCP.

- **Cal mirar** si hi ha moviment toràcic.
- **Cal escoltar** a prop de la boca de la víctima si hi ha sons respiratoris.
- **Cal sentir** l'aire expirat a la galta.

#### Pas 4: Respiracions de rescat

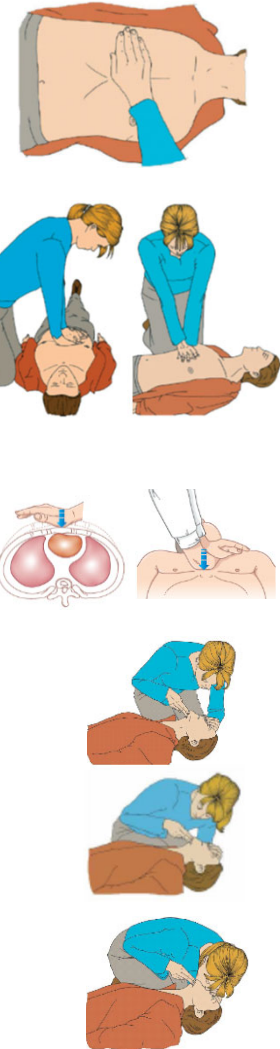
Utilitzant per a això el **mètode boca-boca** o el **mètode boca-nas**.





### Reanimació cardiopulmonar bàsica

1. Cal col·locar la víctima en **decúbit supí** en una superfície llisa i ferma.
2. Cal **agenollar-se** al costat de la víctima.
3. Cal posar el **taló d'una mà al centre del tòrax** de la víctima.
4. Cal posar el **taló de l'altra mà damunt de la primera**.
5. **S'han d'entrellaçar els dits de les mans**.
6. Cal col·locar-se verticalment damunt del tòrax amb els braços rectes i **pressionar sobre l'estern, enfonsant-lo 4-5 cm**.
7. Cal repetir-ho amb una freqüència **100 compressions /minut**.
8. **Compressió i descompressió** = Mateix temps.
9. Després de 30 compressions, s'ha de fer la **maniobra front-mentó**.
10. Cal **pinçar el nas** amb els dits polze i índex de la mà que hi ha al front.
11. Cal permetre que s'**obri la boca**, mantenint elevat el mentó.
12. Cal fer una **respiració normal** i segellar amb els llavis la boca de la víctima.
13. **S'ha de bufar dins de la boca** i observar l'elevació del tòrax (aprox. 1 segon).
14. Mantenint el cap estès i el mentó elevat, cal retirar la boca de la de la víctima i **observar el descens del tòrax mentre en va sortint l'aire**.
15. Cal fer una altra respiració, fins a un total de **2 respiracions de rescat** efectives.
16. Cal continuar amb **30 compressions toràciques** per cada **2 respiracions** de rescat.
17. S'ha de parar únicament si la víctima comença a respirar normalment.





### Ferides

Esquinçament de la pell per un traumatisme

**FERIDES LLEUS:** només afecten la capa més externa de la pell.

- S'ha de netejar amb aigua i sabó (sempre de dins cap enfora) i s'hi ha d'aplicar un antisèptic no colorant que permeti distingir una possible infecció.
- Cal deixar-la al descobert, excepte en ambients contaminats, que es tapa amb una gasa.

**FERIDES GREUS:** afecten extensament les mans, els ulls, la boca, el nas i els genitals o són incisions al tòrax, abdomen o articulacions.

- S'ha de controlar l'estat general del ferit i els seus signes vitals.
- Cal cobrir la ferida amb un apòsit o una gasa humida més gran que la ferida.
- Finalment, cal traslladar urgentment el ferit a un centre sanitari.



Primers auxilis – Ferides





### Hemorràgies

Sortida de sang fora del sistema circulatori

### Tipus d'hemorràgies

#### Segons la destinació de la sang

- Externa
- Interna

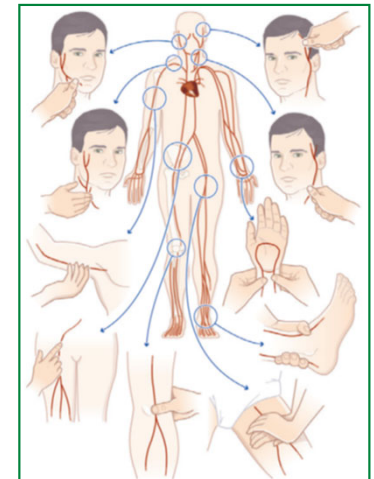
#### Segons l'origen de la sang

- Arterial
- Venosa

### Protocol d'actuació

Només es pot intervenir activament en hemorràgies externes, seguint aquest ordre:

- **Compressió directa** de la zona lesionada amb un apòsit o gasa.
- **Compressió de l'artèria principal** que nodreix la zona lesionada.
- **Torniquet.** S'usa si no funciona tot l'anterior. Cal anotar l'hora de col·locació i no s'ha d'afluixar.



Hemorràgies internes



Torniquet





### Cremades

Lesions produïdes, generalment, per l'acció de la calor sobre els teixits

#### Per profunditat

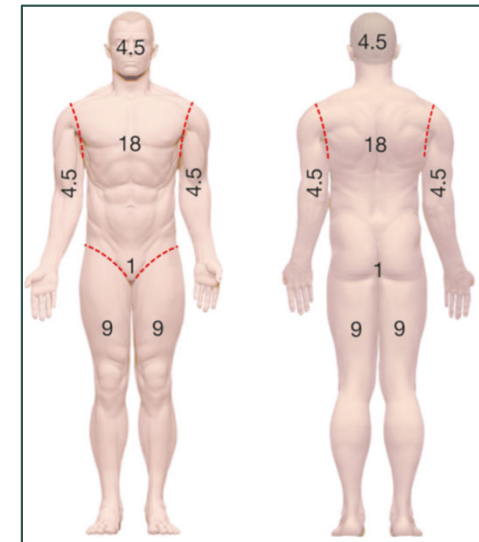
- De primer grau
- De segon grau
- De tercer grau

#### Per extensió

Superfície i part del cos cremada.  
«Regla dels 9»-Wallace

#### Per gravetat

- Lleu
- Greu
- Molt greu



### Protocol d'actuació

- Cal allunyar el cremat de la font de calor i valorar-ne la gravetat
- Cal col·locar-lo en posició horitzontal i d'esquena, embolcallat amb una manta, excepte:
  - En PLS si l'esquena està cremada
  - Estès de boca per avall si té l'esquena i/o els costats cremats
- Cal netejar la zona cremada amb aigua fresca i neta durant 10 minuts i cobrir-lo
- S'ha d'evacuar urgentment el cremat greu a un centre mèdic



### Fractures

Trencament complet o incomplet d'un os.

### Tipus de fractures

#### Classes de fractures

- Obertes
- Tancades

### Protocol d'actuació

S'ha d'immobilitzar el membre fracturat per damunt i per sota.

- **D'espatlla:** s'ha de subjectar el braç en cabestrell al tòrax.
- **De braç:** s'han d'immobilitzar amb un cabestrell l'espatlla i el colze.
- **De colze:** cal mantenir-lo en la mateixa posició amb un cabestrell o una fèrula.
- **De mà:** cal col·locar la mà sobre un llistó, amb l'avantbraç en cabestrell.
- **De cama i de genoll:** s'han de bloquejar amb fèrules i lligades.
- **De vèrtebres:** no s'ha de moure, incorporar ni asseure. L'han de traslladar especialistes.
- **De crani:** cal posar-lo en PLS si està inconscient, abrigar-lo i vigilar-lo.



Fractures



Immobilitzacions



### Pla d'actuació en emergències

Document que explica què s'ha de fer en un incendi, inundació, amenaça de bomba, explosió...

### Responsables en matèria d'emergències

<b>Director del Pla d'emergències</b>	■ Activa el Pla d'emergències. Dirigeix i coordina l'actuació dels qui hi intervenen.
<b>Cap d'intervenció</b>	■ Dirigeix els equips d'intervenció i informa el director del Pla d'emergències.
<b>Centre de control</b>	■ Centralitza tota la informació i s'encarrega de donar els avisos d'alarma.
<b>Equips de primera intervenció (EPI)</b>	■ Intenten eliminar immediatament l'emergència.
<b>Equips de segona intervenció (ESI)</b>	■ Intervenen si els equips de primera intervenció no controlen una emergència concreta.
<b>Equips d'alarma i evacuació (EAE)</b>	■ Dirigeixen i supervisen l'evacuació, i s'asseguren que no hi queda ningú a dins.
<b>Equips de primers auxilis (EPA)</b>	■ Presten els primers auxilis abans que arribi l'assistència mèdica.
<b>Equips de suport</b>	■ Presten ajuda especialitzada a altres equips.



### Detecció de l'emergència

El director d'emergències ha de valorar la gravetat de la situació (conat o emergència parcial o total).

Es decideix si s'ha d'evacuar l'edifici.

### Alerta i alarma

Des del centre de control s'avis a la persona que hi ha d'intervenir i activa l'alarma (senyals lluminosos i/o acústics o comunicacions verbals).

### Temps de l'evacuació

El temps invertit haurà de ser el mínim possible.

S'han de fer simulacres anuals.

### Desallotjament

Cal desallotjar ordenadament l'edifici, seguint el procediment establert.

Cal dirigir-se al punt de reunió.