



Emergencias y Primeros Auxilios en el Trabajo

El Ciclo de la Seguridad: Preparar, Actuar y Salvar



PREPARAR

Planes y organización
(Antes)



ACTUAR

Alerta y evacuación
(Durante)



SALVAR

Primeros auxilios y soporte vital
(Después)

El Marco Legal: Estrategia vs. Operativa

PLAN DE AUTOPROTECCIÓN (Estratégico)

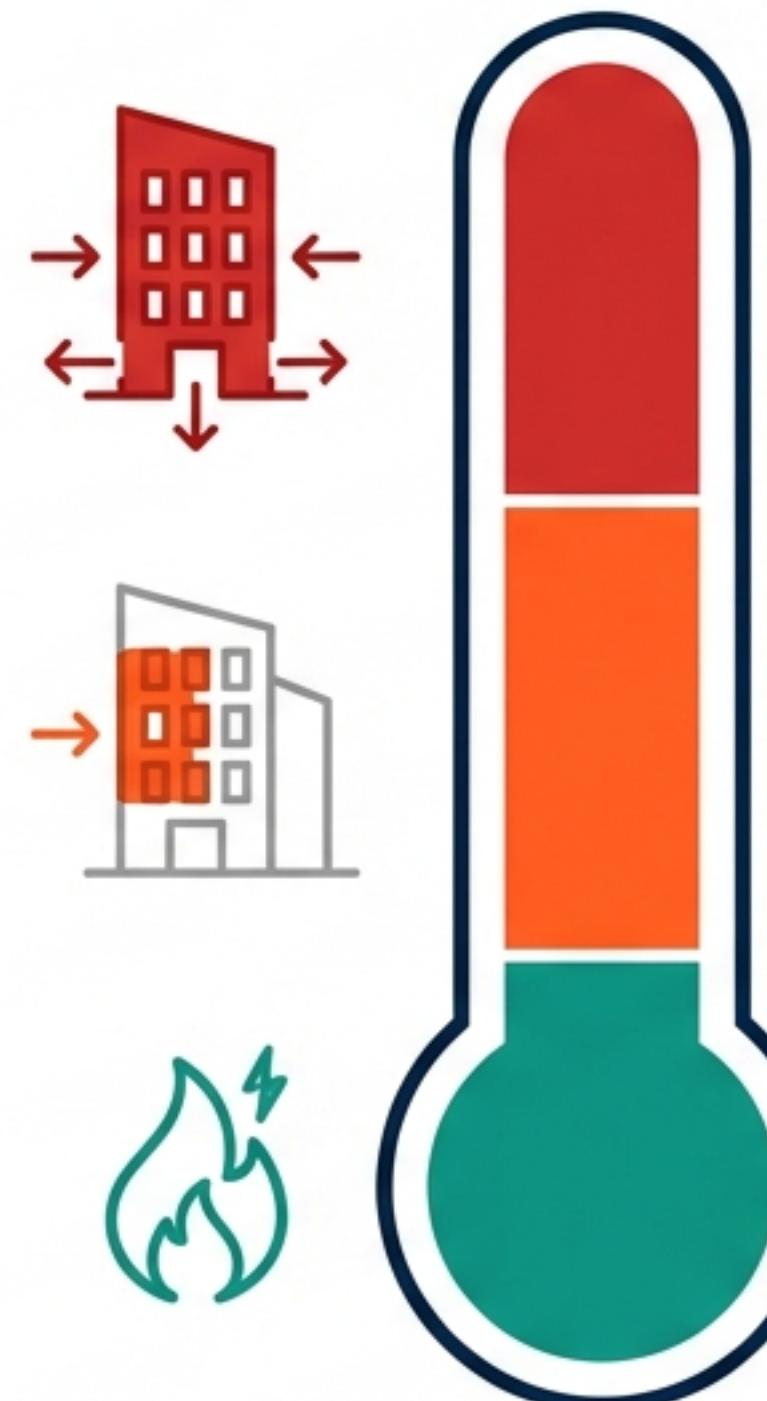
- - Documento general obligatorio
- - Prevención de riesgos
- - Coordinación con Protección Civil
- - Descripción de actividad y medios

PLAN DE EMERGENCIAS (Operativo)

- Respuesta inmediata
- Personas y medios asignados
- Procedimientos de actuación



Clasificación de la Emergencia



EMERGENCIA TOTAL

Peligro generalizado. Requiere ayuda externa y evacuación total.

EMERGENCIA PARCIAL

Afecta a zonas amplias. Requiere equipos de 2^a intervención.
No afecta totalidad.

CONATO DE EMERGENCIA

Accidente localizado. Controlable por equipos de 1^a intervención.

El Factor Humano: Equipos de Emergencia



Flujo de Actuación: Cronología de una Crisis



Protocolo de Evacuación Segura

OBJETIVO



Salida ordenada hacia el
Punto de Reunión.

LO QUE NO SE DEBE HACER

- ✗ **NO** buscar objetos personales.
- ✗ **NO** usar los ascensores.
- ✗ **NO** alejarse del grupo asignado.
- ✗ **NO** correr ni crear aglomeraciones.
- ✗ **NO** regresar bajo ningún concepto.

Caso Práctico: Amenaza de Bomba

Escenario: Astillero Navaltia - 150 Trabajadores



00:00 Llamada anónima recibida.

VERIFICACIÓN. Hablar con receptor. Valorar credibilidad.

00:02 Alarma activada.

EVACUACIÓN TOTAL. Orden inmediata de salida.

00:05 Respuesta.

NO INTERVENIR. Prioridad: vaciar edificio, no buscar artefacto.

00:10 Ayuda Externa.

POLICÍA Y PROTECCIÓN CIVIL. Aviso para desactivación.

Lección: En este caso, la mejor 'intervención' es la evacuación rápida y dejar paso a expertos.

El Método P.A.S.

P



PROTEGER

Asegurar la zona
(uno mismo,
víctima, terceros).
Señalar el peligro.



AVISAR

Llamar al 112. Dar
ubicación exacta
y estado.

A

S

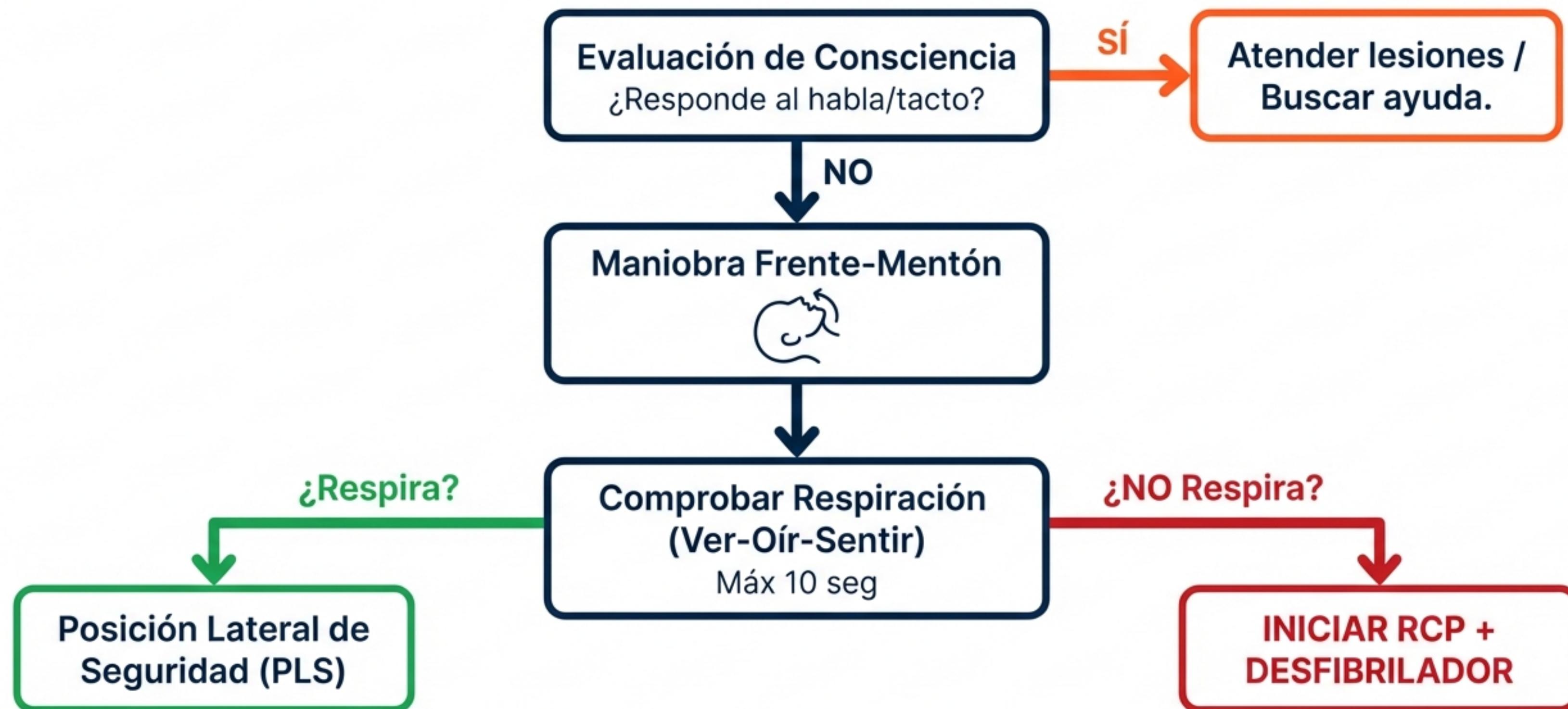


SOCORRER

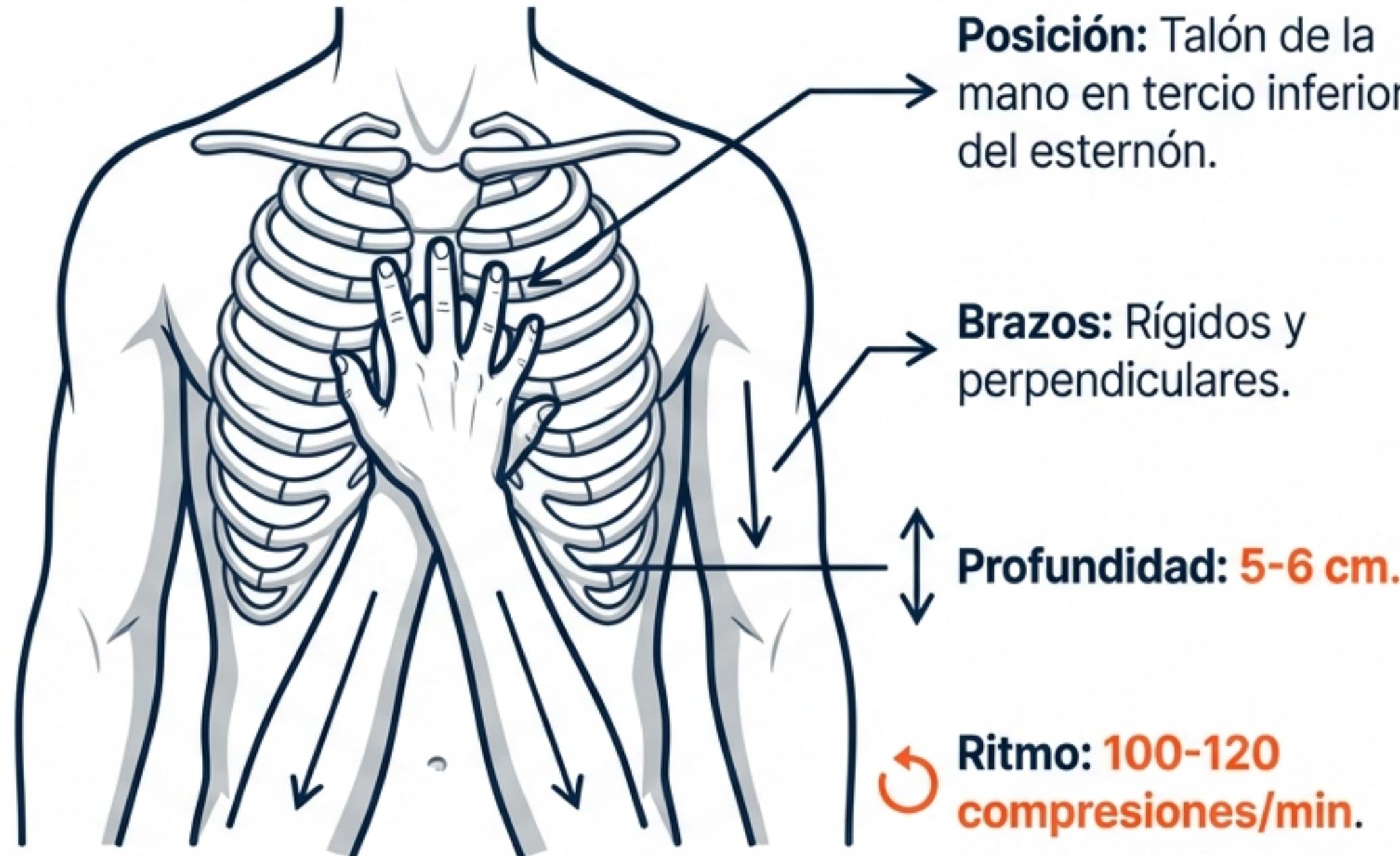
Intervenir solo si es
seguro. Evaluación
primaria.



Soporte Vital Básico: Evaluación Inicial



Actuación Crítica: Reanimación Cardiopulmonar (RCP)



Datos Vitales

- 👉 Combinar con ventilaciones si se conoce la técnica.
- ⚡ Uso de DESFIBRILADOR en primeros **5 min = 50-70% supervivencia**.

Posición Lateral de Seguridad (PLS)

Para víctimas inconscientes que SÍ respiran.



Objetivo: Evitar aspiración de vómito y mantener vía aérea abierta.

Protocolos Específicos: Asfixia y Hemorragias



ATRAGANTAMIENTO

1. Animar a toser.
2. 5 Golpes interescapulares (Espalda).
3. Maniobra de Heimlich (Compresiones abdominales).



HEMORRAGIAS

1. Presión directa (5-10 min).
2. Vendaje compresivo.
3. Presión arteria principal.
4. Torniquete (**Solo último recurso, anotar hora**).

Protocolos Específicos: Fracturas y Quemaduras

FRACTURAS Y ESGUINCES



- No mover al accidentado.
- Inmovilizar con férula (cubrir articulaciones superior e inferior).

QUEMADURAS

1. Eliminar la fuente de calor (químico/eléctrico).
2. Enfriar con agua (10-15 min).
3. Cubrir con gasas estériles.

PROHIBIDO: No quitar ropa pegada. No romper ampollas.

Caso Práctico: Caída en Planta

Escenario: Rafael (Textil) - Lesión de tobillo

- 1. Tranquilizar:** Evitar movimientos bruscos.
- 2. Evaluación SVB:** Confirmar que está consciente y respira.
- 3. Primeros Auxilios:** Inmovilización del pie con férula.
- 4. Traslado:** Camilla o carga entre dos personas.



TRIAJE: AMARILLO.
Necesita atención médica, vida no corre peligro inmediato.

El Botiquín: Contenido Obligatorio (RD 486/1997)



- Desinfectantes y antisépticos
- Gasas estériles y algodón hidrófilo
- Vendas, esparadrapos y apósitos
- Pinzas, tijeras y guantes desechables
- Manta termoaislante
- Mascarilla de reanimación

Revisar periódicamente la caducidad y reposición de materiales.