

SO S MA

SALUD OCUPACIONAL SEGURIDAD Y MEDIO AMBIENTE

*Velamos por la seguridad de las personas
y el cuidado del medio ambiente.*

Primeros Auxilios



Temario

- Reconocer una emergencia
- Consentimiento de la víctima
- Bioseguridad
- Pasos Para actuar en una emergencia
- Hemorragias
- Heridas
- Quemaduras
- Lesiones Musculoesqueléticas
- Desmayos y Convulsiones
- Botiquín.



¿Qué son los Primeros Auxilios?

Ayuda inmediata prestada a una persona enferma o herida hasta la llegada de asistencia profesional. No se refiere únicamente a lesiones o enfermedades físicas, sino también a otros cuidados iniciales como el apoyo psicosocial a las personas que sufren daños emocionales causados por haber sido víctimas o testigos de un evento traumático.



¿Cómo reconocer una emergencia?

- Escenas Inusuales
- Comportamientos o apariencias inusuales
- Olores inusuales
- Ruidos inusuales

Barreras para actuar

- La presencia de otras personas
- Las dudas sobre el estado de la persona enferma
- El tipo de lesión o enfermedad
- El miedo a cometer un error.
- El miedo a contraer una enfermedad
- El miedo a ser demandado



Obtención del consentimiento de la víctima

1. Dígale su nombre
2. Dígale que tiene capacitación en primeros auxilios
3. Pregúntele si puede ayudarla
4. Explíquele lo que usted cree que le esta pasando
 - Explíquele lo que piensa hacer.
 - Obtenga el consentimiento.

Recuerde

- NO preste ayuda a una persona conciente que la rechaza.
- Aunque no le de su consentimiento, de todos modos debe llamar a emergencias.
- Si la persona conciente es un bebe o un niño para atenderlo deberá pedir autorización al padre o tutor, si está presente.
- El consentimiento se considera sobreentendido cuando se trata de un bebe o niño si el padre no esta presente o disponible inmediatamente



Bioseguridad



Evitar el contacto con la sangre y otros líquidos corporales

Evitar tocar objetos que puedan estar manchados con sangre u otros líquidos corporales

Cubra las herida, rozaduras y llagas antes de ponerse equipo de protección

Ponga barreras entre usted, la sangre y otros líquidos corporales de la persona mediante el uso de guantes, antiparras y barbijos.



1. **Revise**
2. **Llame**
3. **Atienda**

1. Revise

Lugar

- ¿Hay algún peligro?
- ¿Qué fue lo que pasó?
- ¿Cuántas Personas afectadas hay?
- ¿Hay algún peligro inmediato?
- ¿Hay alguien que pueda ayudarme?

Persona

- ¿Esta Conciente?
- ¿No respira o lo hace con dificultad?
- ¿Se mueve?
- ¿Sufre sangrado grave?



2. Llame

¿Cómo llamar a emergencias?

- Conozca el número de emergencias local
- Conozca el número del que esta hablando
- Conozca la dirección y referencias
- Conozca la situación.
- Escuche atentamente al operador
- Siga sus instrucciones
- Sea el ultimo en cortar la comunicación.

3. Atienda

Si usted observa que la persona esta respirando lo mejor es dejarla completamente de costado para evitar obstrucciones respiratorias, LO MÁS IMPORTANTE ES QUE CONTINUE RESPIRANDO.



Hemorragias

Para controlar una hemorragia activa, aplique presión directa con la parte plana de los dedos o de la palma de las manos sobre un vendaje estéril o un apósito limpio.



!No haga torniquetes!



Sangrado Nasal

- Haga que la persona se incline hacia adelante y comprima las alas de la nariz con el dedo pulgar y el dedo índice.
- El sangrado persistente puede requerir atención médica.



Heridas

Lavar con agua corriente hasta que no se muestren signos de material extraño.
Si no hay agua corriente disponible, se puede utilizar cualquier otra fuente de agua limpia.



Desinfectar

- **Coloque un antiséptico**

- ✓ Clorhexidina
- ✓ Yodo povidona
- ✓ Agua oxigenada



- **Cubrir**

- ✓ Cubra la herida con un apósito estéril o con un paño limpio y seco.

Recomendaciones

- Si la herida es importante o está localizada en una región que comprometa la función, requiere evaluación médica sin demora.

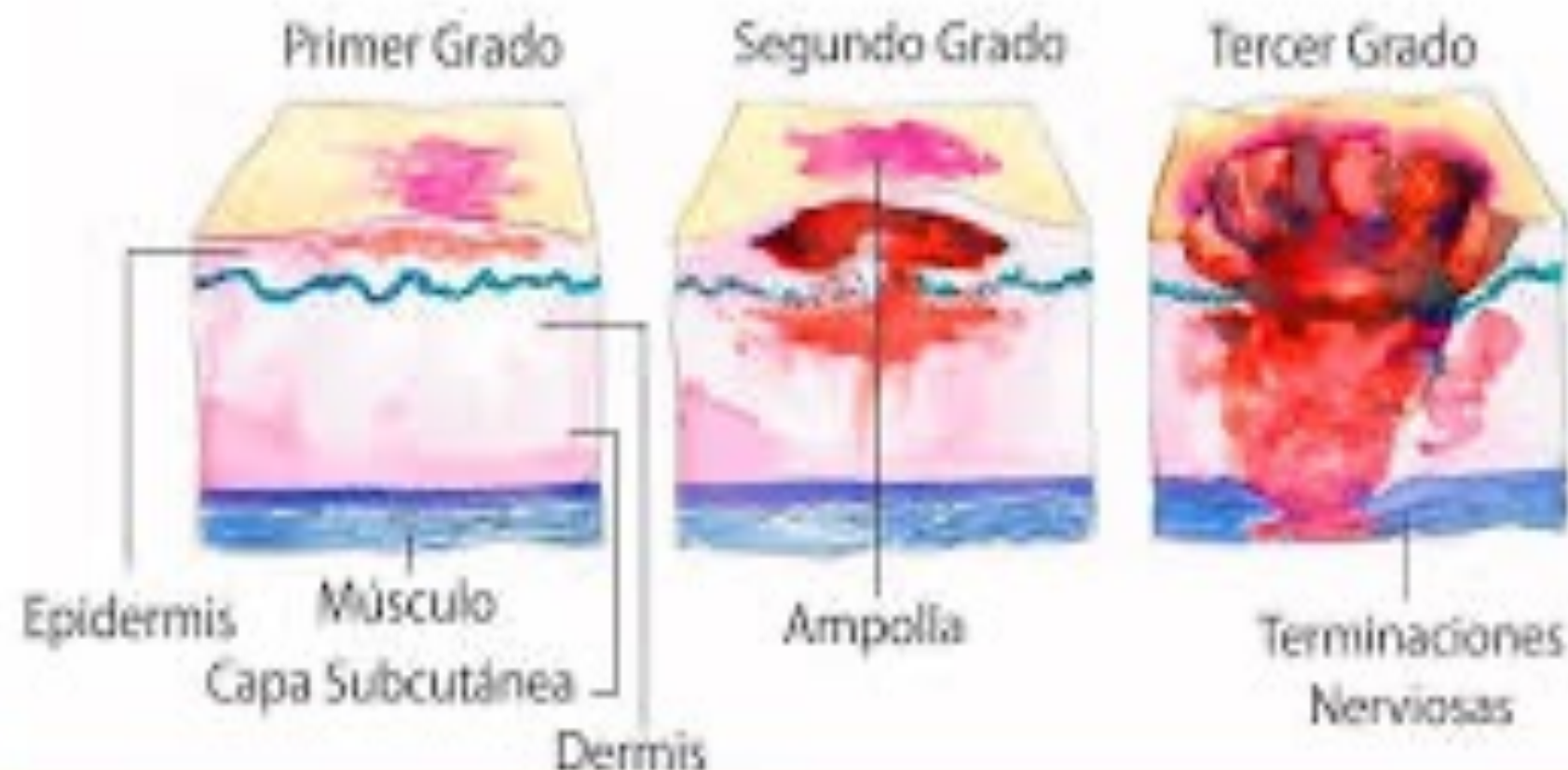


Quemaduras

- Enfrié la quemadura con agua fría, no helada, por lo menos hasta que se alivie el dolor (15-30 min)
- Retire todas las prendas de vestir y las alhajas que no estén adheridas y se puedan quitar de la zona quemada sin ejercer fuerza
- Deje intacta las ampollas
- Cubra la zona quemada con un vendaje limpio y seco o con una bolsa o film plástico
- No aplique lociones, cremas, ungüentos o remedios caseros en la región quemada.

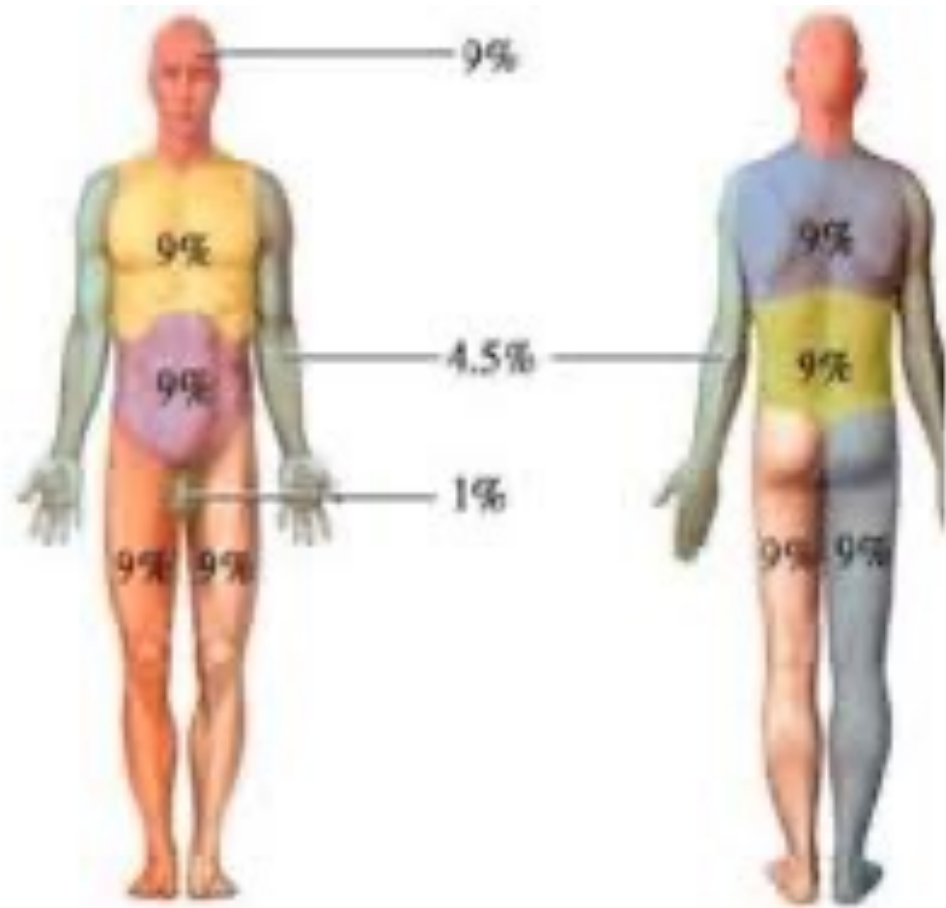


TIPOS DE QUEMADURAS



Regla del 9%

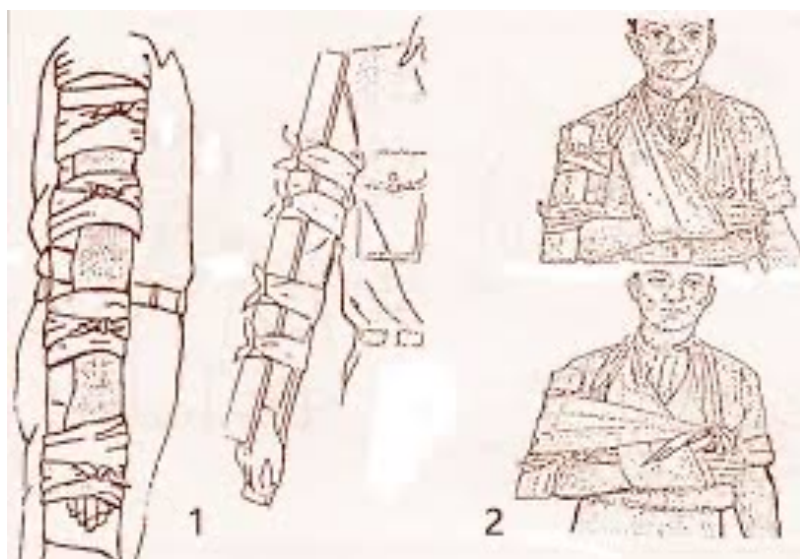
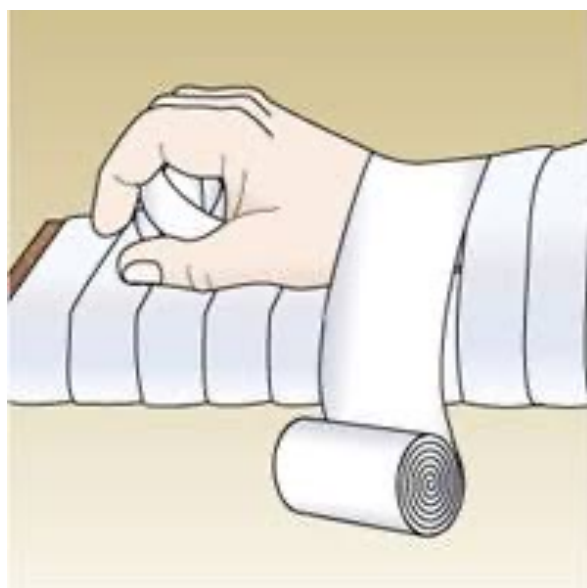
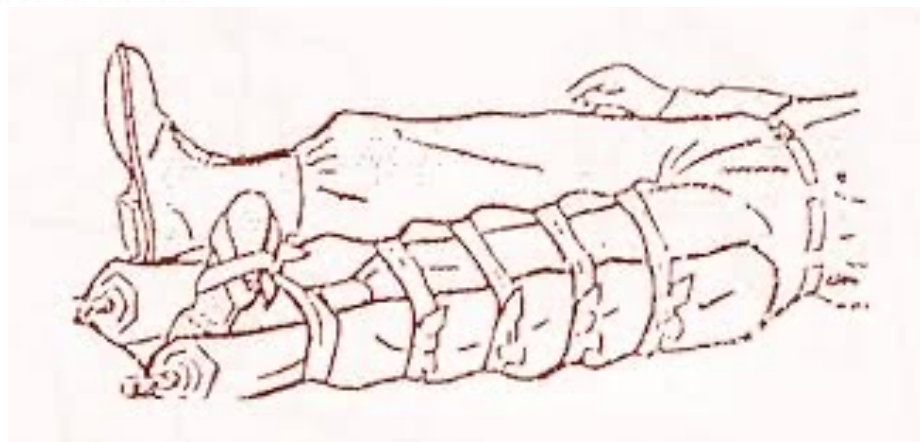
Para poder determinar el porcentaje del cuerpo afectado por quemadura se utiliza la regla del 9.



Lesiones Musculoesqueléticas

- Si hay una herida trátela como tal.
- Coloque hielo sobre la lesión. Nunca en forma directa. No mas de 20 min. Por vez
- No mueva a la victima a menos que sea extremadamente necesario.
- Se debe inmovilizar la zona afectada para evitar el movimiento de la misma y producir una lesión mayor.





Desmayos

- Señales de Desmayos
- Observe si la persona está inconsciente
- Acuéstela boca arriba y, si es necesario, abra la vía respiratoria.
- Llame al SEM
- No le de sal, caramelos, ni productos para que huela.
- Controle su respiración.
- Afloje la ropa
- Espere su recuperación, no le de nada de beber.



NO INTRODUCZA NADA EN LA BOCA

ES IMPORTANTE:

No impedir los movimientos ni sujetar a la persona

Controlar el tiempo que dura el ataque

Proteger la cabeza (use una almohada o similar)

Cuando termine la convulsión limpiar la nariz y boca

Si vomita colocar a la persona de costado

No alarmarse si la persona no recuerda lo sucedido, ni si se queda dormido.

Si no responde y no respira realizar RCP.





Botiquín

- ✓ Guantes de látex o nitrilo descartables
- ✓ Vendas tipo cambric de 5 cm y 10 cm de ancho
- ✓ Tela adhesiva hipoalergénica
- ✓ Apósitos adhesivos
- ✓ Agua oxigenada 10 vol.
- ✓ Solución yodo povidona
- ✓ Jabón neutro
- ✓ Tijera
- ✓ Linterna
- ✓ Termómetro
- ✓ Cepillo de cerdas blandas
- ✓ Solución salina normal (fisiológica)
- ✓ Alcohol etílico
- ✓ Mascara RCP
- ✓ Pinza larga sin dientes
- ✓ Alfiler de gancho
- ✓ Bolígrafo y anotador
- ✓ Pañuelo grandes
- ✓ Bolsa roja
- ✓ Frio químico.



- Manual Primeros Auxilios – Cruz Roja Argentina.

