

PRIMEROS AUXILIOS

PORQUE VOS TAMBIÉN PODÉS SALVAR UNA VIDA...

∴ Los primeros auxilios son los cuidados inmediatos que recibe una persona enferma o víctima de un accidente, hasta la llegada de un profesional médico.

En los lugares de trabajo, en la vía pública y en tu propia casa pueden presentarse situaciones en las cuáles resulta necesario actuar con rapidez y precisión para salvar una vida, prevenir posibles complicaciones o colaborar en el tratamiento de las lesiones producidas.

En estos casos es clave saber **qué hacer y qué NO hacer.**



CONSEJOS PARA EL PRIMER AUXILIADOR

Tener siempre a mano el número del servicio de emergencias médicas.

Conservar la calma.

Hacer un reconocimiento rápido de la situación general. Identificar los posibles riesgos en el lugar del accidente.

Pedir ayuda, solicitar la presencia de un médico o servicio de emergencia.

Examinar al lesionado, si está consciente preguntar qué molestias tiene.

Tranquilizar a la víctima.

Clasificar y atender las heridas según su gravedad.

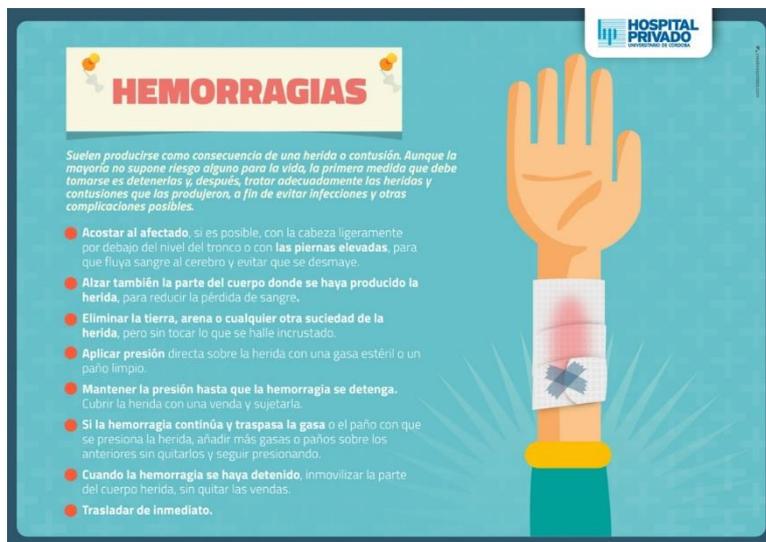
Controlar la respiración del herido.

➔ HERIDAS Y HEMORRAGIAS

Lavá la herida y las zonas cercanas con abundante agua y jabón.

Presioná firmemente sobre la herida con una venda o paño limpio hasta que deje de sangrar. Si el primer paño se empapa con sangre, no lo retires, aplicá otro encima. Recordá siempre usar guantes.

Mantené la presión especialmente sobre las zonas por donde pasan las arterias principales.



HEMORRAGIAS

Suelen producirse como consecuencia de una herida o contusión. Aunque la mayoría no supone riesgo alguno para la vida, la primera medida que debe tomarse es detenerlos y, después, tratar adecuadamente las heridas y contusiones que las produjeron, a fin de evitar infecciones y otras complicaciones posibles.

- Acostar al afectado, si es posible, con la cabeza ligeramente por debajo del nivel del tronco o con las piernas elevadas, para que fluya sangre al cerebro y evitar que se desmaye.
- Alzar también la parte del cuerpo donde se haya producido la herida, para reducir la pérdida de sangre.
- Eliminar la tierra, arena o cualquier otra suciedad de la herida, pero sin tocar lo que se halle incrustado.
- Aplicar presión directa sobre la herida con una gasa estéril o un paño limpio.
- Mantener la presión hasta que la hemorragia se detenga. Cubrir la herida con una venda y sujetarla.
- Si la hemorragia continúa y traspasa la gasa o el paño con que se presiona la herida, añadir más gasas o paños sobre los anteriores sin quitarlos y seguir presionando.
- Cuando la hemorragia se haya detenido, inmovilizar la parte del cuerpo herida, sin quitar las vendas.
- Trasladar de inmediato.



Si el herido lo permite, es conveniente elevar la extremidad sangrante o zona afectada.

Si la hemorragia continúa, busca ayuda profesional.

Lavate todas las partes de tu cuerpo que hayan estado en contacto con la sangre del accidentado lo más rápido posible.

NO apliques alcohol o derivados del alcohol sobre el herido.

NO utilices algodón, pañuelos o servilletas de papel para limpiar heridas o hacer presión sobre ellas, pues estos elementos desprenden fibras que se adhieren a la herida y pueden causar una infección.

NO toques las heridas con la mano, boca o cualquier material sin esterilizar.

➔ AMPUTACIONES

Si no se logra reducir el sangrado con las medidas descritas anteriormente, ayudará realizar un torniquete.

Asegurate de que la víctima reciba asistencia inmediata.

Envolve la parte amputada con una venda o tela limpia e introdúcela en una bolsa de plástico bien cerrada. Colocá todo en un recipiente con agua fría (dos terceras partes de hielo y una de agua).

➔ GOLPES O CONTUSIONES

Preguntale a la víctima si puede mover la extremidad lesionada para descartar que exista alguna fractura.

Si hay molestia o dolor, no muevas a la víctima, aplicá compresas frías o una bolsa de hielo para disminuir la inflamación.



Después del primer día: una fomentera (calor)

ADAM.

➔ FRACTURAS

Simple o cerrada, el hueso está quebrado pero la piel permanece intacta. Los síntomas son hinchazón, dolor e imposibilidad de usar la extremidad

NO muevas a la víctima hasta que se haya inmovilizado la fractura, a no ser que su vida esté en peligro.

Inmoviliza la extremidad bloqueando las dos articulaciones cercanas (superior e inferior) a la articulación afectada con algún elemento rígido (entablillado).

Controlá el pulso y buscá ayuda profesional.



Abierta o expuesta: el hueso fracturado rompe la piel que lo rodea y resulta visible

Cortá las prendas que pudieran dificultar la atención de la víctima.

Colocá vendas o paños limpios sobre la herida para contener la hemorragia sin hacer presión sobre el hueso.

NO intentes acomodar el hueso fracturado.

Solicitá asistencia inmediata.

➔ QUEMADURAS

Aplicá agua fría sobre la lesión durante por lo menos 10 minutos.

Aplicá luego compresas empapadas en agua fría.

Si la ropa está adherida a las quemaduras, NO la quites.

Si existen ampollas, NO las revientes.

NO coloques remedios caseros sobre las quemaduras.

Cubrí el área con una gasa o tela limpia y trasladá al accidentado a un Centro Médico.

➔ LESIONES EN LOS OJOS

Si un cuerpo extraño ingresa en un ojo puede ocasionar dolor, enrojecimiento y lagrimeo.

Evitá que la persona se frote el ojo.

Lavá el ojo afectado con abundante agua hasta que el cuerpo extraño salga.

Si esto no es suficiente, cubrí la zona afectada y trasladá al accidentado a un Centro Médico.

En caso de salpicadura de algún producto químico, es necesario enjuagar el ojo con agua por lo menos durante 15 minutos evitando que el contaminante ingrese en el ojo sano.

En ambas situaciones, es fundamental la consulta a un oftalmólogo.

➔ ATRAGANTAMIENTOS

Si la víctima puede toser, indicá que lo siga haciendo.

Si NO puede toser colócate detrás de ella, rodeala por la cintura y comprimí con tu puño hacia adentro y hacia arriba, hasta que elimine el cuerpo extraño.

Si está inconsciente, colócate sobre ella y comprimí el abdomen con tu puño hacia adentro y hacia adelante hasta que el cuerpo extraño sea eliminado.





➔ INTOXICACIÓN

Los síntomas varían según el tóxico, la sensibilidad de la víctima y la vía de penetración.

Las manifestaciones más frecuentes son: malestar general, dolor de cabeza, dolor de estómago, convulsiones, dificultad para respirar, náuseas, vómito, mal aliento, señales de quemaduras alrededor de la boca, pupilas dilatadas o contraídas, trastornos en la visión.

Tratá de averiguar el tipo de tóxico, la vía de penetración (piel, boca, nariz, ojos) y el tiempo transcurrido.

Revisá el lugar para averiguar que sucedió y alejá a la víctima de la fuente de envenenamiento, generalmente se encuentra cerca el recipiente que contiene la sustancia tóxica.

Verificá si la víctima respira y si tiene pulso, y si está consciente.

Aflojá la ropa, pero mantené abrigada a la víctima.

NO provoques el vómito, esta acción puede reportar más daños que beneficios.

Si la víctima presenta vómito, recogé una muestra y mantené las vías respiratorias libres de secreciones.

Colocá a la persona boca abajo, para evitar que el veneno expulsado sea ingerido nuevamente o pase a las vías respiratorias.

Solicitá asistencia inmediata.

➔ MORDEDURAS DE SERPIENTES

Colocá a la víctima en reposo. Suspender toda actividad, ya que la excitación acelera la circulación de la sangre y la absorción del veneno.

Retirá los anillos y todos los objetos que puedan ejercer presión.

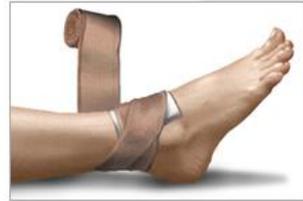
Lavá la herida con abundante agua y jabón, sin friccionar.

NO coloques hielo, NO realices cortes ni succiones la herida con la boca.

Si la mordedura es en brazos o piernas, resulta conveniente realizar un vendaje compresivo ancho para evitar la circulación del veneno.

Identificar, si es posible, el tipo de víbora para informar al médico tratante.

Trasladar a la víctima a un Centro Médico en el menor tiempo posible.



ADAM.

CONTACTATE



Casa Central / Edificio Corporativo
Ruta Nacional 34- Km. 257
2322 - Sunchales
Santa Fe - Argentina



Emergencias médicas:
0 800 4444 ART (278)
Consultas Generales:
0 800 5555 ART (278)
Línea Fax:
0 800 888 3297



www.prevencionart.com.ar



info@prevencionart.com.ar
syso@prevencionart.com.ar

Prevención ART
de SANCOR SEGUROS

Escaneado con CamScanner

SECRETARÍA TÉCNICA – F.C.M. - U.N.R.