

Unidad 4: "Primeros auxilios"



1. Primeros auxilios en la empresa



Ley de Prevención de Riesgos Laborales (LPRL) obliga al empresario en primeros auxilios:

- Designación del personal encargado (voluntario)
- Formar en técnicas de socorrismo



http://1.bp.blogspot.com/_11B4Z5x0aPc/VX3rd8B5baI/AAAAAAAAANU/CDaG37qgn_eo/s1600/k.jpg

A) El botiquín en la empresa

- Todo centro de trabajo debe tener botiquín portátil
- Al menos, desinfectantes, antisépticos, gasas estériles, algodón, vendas, esparadrapo, tiritas, tijeras, pinzas y guantes.
- Debe ser revisado periódicamente.



C) Local de primeros auxilios

Dispondrán de local de primeros auxilios las empresas que:

- >50 trabajadores,
- >25 con trabajos peligrosos o con dificultades para llegar a centro de asistencia

Deberán estar señalizados y poseer agua potable, botiquín y camilla



2. Principios de actuación en primeros auxilios



2.1. PROTOCOLO DE ACTUACIÓN

1. Estar tranquilo, pero actuar rápidamente
2. Examen rápido del lugar y atender a los heridos por orden según su gravedad
3. No mover a un herido, salvo que sea estrictamente necesario
4. Examinar bien al herido
5. Ante una víctima que no responde, se debe gritar y pedir ayuda
6. Hacer solo lo imprescindible
7. Mantener al accidentado caliente
8. No dar jamás de beber a una persona inconsciente
9. Tranquilizar a la víctima
10. No dejar nunca solo al accidentado



http://1.bp.blogspot.com/_1L842MxG8Pw/VSb0805baIAAAAAAAAAAANUC6dC29gq/s1600/ok.jpg

2.2. MÉTODO P.A.S.

ANTE UN ACCIDENTE



Protege



Avisa



Socorre

1



2



- Llamar **112**
- Lugar exacto
- Tipo de accidente
- **Nº de heridos**
- Colgar en último lugar

3



Reconocer en este orden:

- Consciencia
- Respiración
- Pulso



3. SECUENCIA DE ACTUACIÓN DEL SOPORTE VITAL BÁSICO

VER VÍDEO



3. SECUENCIA DE ACTUACIÓN DEL SOPORTE VITAL BÁSICO



ASEGURAR

¿CONSCIENTE?

1

Asegurar:

Eliminar los peligros que amenacen su seguridad o la del paciente.

2

Comprobar estado de consciencia:

- Arrodillarse a la altura de los hombros, sacudiéndole con suavidad.
- Acercarse a la cara y en voz alta preguntar: "¿Se encuentra bien?".
- Si responde, deje a la víctima en la posición en que la ha encontrado, pase a realizar una valoración secundaria, llame al **112** y vaya poniendo soluciones a los problemas detectados.
- Si no responde pase continúe con el siguiente paso

Esta Usted Bien?



SECUENCIA DE ACTUACIÓN DEL SOPORTE VITAL BÁSICO



3

Gritar pidiendo ayuda:

- Sin abandonar a la víctima.

4

Abrir vías respiratorias:

- Persona inconsciente boca-arriba
- Cuerpo recto y brazos estirados
- Aguantar la frente con una mano y elevar barbilla empujando mentón con 2 dedos.



5

Comprobar respiración:

- **Ver** movimiento del tórax
- **Oír** el sonido del aire
- **Sentir** el aire espirado en nuestra mejilla

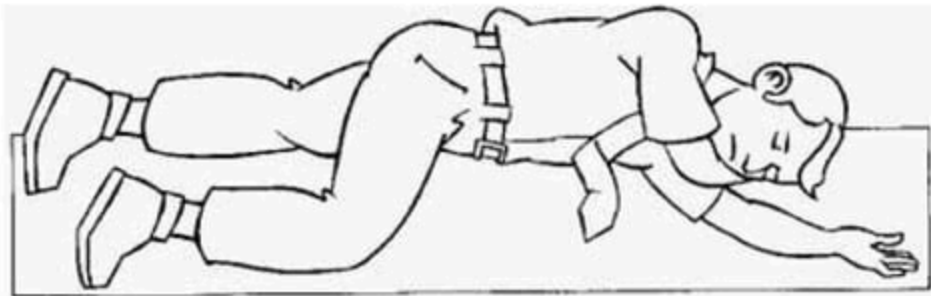


SECUENCIA DE ACTUACIÓN DEL SOPORTE VITAL BÁSICO



SI LA VÍCTIMA RESPIRA

- Colocar en posición lateral de seguridad
- Llamar ar al 112
- Comprobar periódicamente que sigue respirando



POSICIÓN LATERAL DE SEGURIDAD



1

Poner el brazo más próximo al socorrista en ángulo recto con el cuerpo, el codo doblado con la palma de la mano hacia arriba.



2

Traer el brazo alejado del socorrista cruzando el tórax y apoyar el dorso de la mano contra la mejilla del lado contrario de la víctima.



3

Con la otra mano, agarrar la pierna más alejada justo por encima de la rodilla y levantarla, manteniendo el pie apoyado en el suelo y girar el cuerpo hasta que quede de lado.



4

Colocar el dorso de la mano del lado externo, bajo la mejilla.

SECUENCIA DE ACTUACIÓN DEL SOPORTE VITAL BÁSICO



SI LA VÍCTIMA NO RESPIRA



6

Pedir ayuda:

- Llamar al 112 o pedir a alguien que lo haga

7

Iniciar compresiones torácicas:

- Poner el talón de la mano en el entro del pecho sobre el esternón.
- Con los brazos estirados presionar, ayudándonos con el peso del cuerpo.
- Realizar **30 compresiones**



Utilice el peso de su cuerpo para hacer la compresión.

Mantenga la espalda recta.



BRAZOS RECTOS

TALON DE LA MANO Sobre el Esternón.

Arrodílese a un lado de la víctima.

8 Realizar insuflaciones:

- Vía aérea abierta (frente-mentón)
- Pinzar la nariz, con los dedos índice y pulgar, para evitar que salga el aire
- Realizar **2 insuflaciones**



9 Comprobamos que el aire pasa:

- Se debe elevar el pecho de la víctima al insuflar.
- Si el aire no pasa comprobamos que hemos hecho bien:
 - Maniobra frente-mentón
 - Cerrar fosas nasales
 - No hay objetos obstruyendo vías aéreas

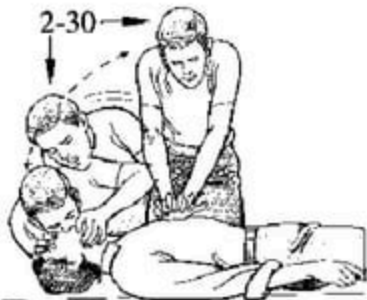


1 0 Alternar compresiones-insuflaciones:

- En una secuencia de **30-2** (30 insuflaciones y 2 ventilaciones), a un ritmo de 100 compresiones por minuto

1 1 No interrumpir:

- Salvo que la víctima inicie respiración espontánea, el socorrista se agote o llegue ayuda especializada.



4. Técnicas de primeros auxilios en función de las lesiones

4.1. Heridas



- Gravedad:

• **Leves:** Sólo afectan a la capa externa de la piel.

• **Graves,** Afectan extensamente a manos, ojos, boca, nariz y genitales, incisiones en el tórax, abdomen o articulaciones.

- Limpiar las manos e instrumental y usar guantes y material estéril y desechable.

- Las **heridas leves** se limpian y desinfectan. En entornos limpios y sin riesgo de infección se dejan al descubierto, pero en ambientes contaminados, se tapan con una gasa.

- En las **heridas graves**, controlar el estado general del herido y sus signos vitales, comprobar si hay otras dolencias, cubrir la herida con un apósito o gasa húmeda y evacuarlo.

- Tapar con material no transpirable las **heridas penetrantes en el tórax**, mantener semisentado al herido y trasladarlo urgentemente a un centro hospitalario.

- Tapar con una tela mojada las **heridas penetrantes en el abdomen**, colocar a la víctima en posición de decúbito supino con las piernas flexionadas y trasladarlo urgentemente al hospital.

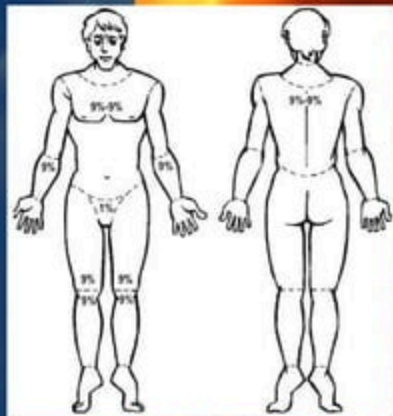


4.2. Quemaduras



CLASIFICACIÓN:

- Según la profundidad:
 - Primer grado. Enrojecimiento (eritema)
 - Segundo grado. Ampolla (flictena)
 - Tercer grado. Necrosis de los tejidos, costra y se ennegrece (escara)
- Según la extensión, Regla de los "9":
 - Cabeza y cuello: 9%
 - Cada extremidad superior: 9%
 - Cada extremidad inferior: 18%
 - Cara anterior de tórax y abdomen: 18%
 - Espalda y nalgas: 18%
 - Genitales: 1%
- Según la gravedad:
 - Leve: inferior a 10% y no sobrepasa 2º grado
 - Grave: 10-30%. Independientemente de su extensión manos, pies, cara, ojos, o genitales
 - Muy grave: Entre el 30-50 %, Mortal >50%



Actuación:



- Alejar al quemado de la fuente de calor
- Colocarlo en posición horizontal y de espaldas, envuelto en una manta, salvo
 - En PLS si la espalda está quemada
 - Tendido boca abajo si tiene la espalda y/o los costados quemados.
- Valorar su gravedad
- Lavar la zona quemada con agua fresca y limpia en abundancia durante 10 minutos y cubrirlo
- Evacuar urgentemente al quemado grave a un centro médico.

4.3. Hemorragias



CLASIFICACIÓN:

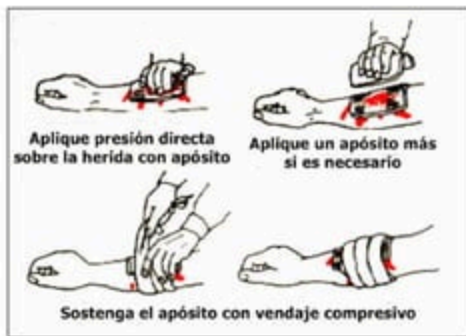
- **Externa.** Sale al exterior.
- **Interna.** La sangre sale a una cavidad interior del cuerpo que puede tener una salida al exterior (oídos, boca,...) o no tenerla (cráneo...).



ACTUACIÓN ANTE HEMORRAGIAS

Solo se puede intervenir activamente en hemorragias externas. Se emplea por este orden:

- 1** **Compresión directa** durante 5-10 minutos la zona lesionada con un apósito, gasa, pañuelo...



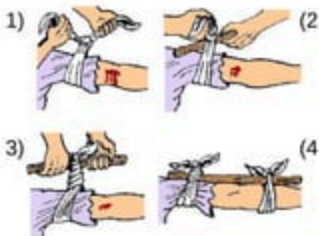
2**Comprensión de la arteria principal que nutre la zona lesionada.**

Compresión arteria humeral

Compresión arteria femoral

3

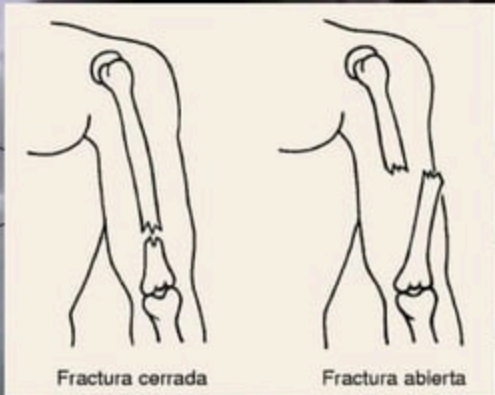
Torniquete por encima de la herida y en el extremo del miembro afectado. Solo debe utilizarse cuando los métodos anteriores sean ineficaces o cuando el número de personas accidentadas con lesiones vitales supere al de los socorristas. Hay que anotar la hora de colocación y no aflojarlo.



4.4. Fracturas

CLASES:

- **Abiertas**: Hay herida y existe peligro de infección.
- **Cerradas**. La piel que cubre está intacta



ACTUACIÓN:



- Inmovilizar la fractura:
 - Almohadillar las férulas que se improvisen (maderas, troncos...).
 - Inmovilizar una articulación por encima y otra por debajo del punto de fractura.
 - No poner el hueso en su sitio.
- Fractura de hombro: Sujetar con cabestrillo el brazo contra el tórax
- Fractura de brazo:
brazo o antebrazo: codo:



- **Mano:** Colocar la mano sobre una tablilla, poniendo el antebrazo en cabestrillo



- **Fractura pierna y rodilla.**



- **Fractura de vértebras:** Dejar al lesionado tumbado sobre su espalda, mantenerlo caliente y esperar a que sea trasladado por los servicios especializados. No mover, incorporar ni sentar.
- **Fractura de cráneo:** instalar al herido en posición lateral de seguridad si está inconsciente, abrigarlo y mantenerlo bajo vigilancia.



IMÁGENES UTILIZADAS:



First Aid Dummy
Imagen de Shaun Wood
Fuente: Flickr
Licencia Creative Commons (CCBY-NC-SA 3.0)



Medical emergency personnel after attack
imagen de Shaun Wood
U.S. Navy Photo by Journalist 1st Class Mark D. Faram
Public domain



Erste-Hilfe-Schrank
Mattes
Public domain



Triage.
Ventforet Kofu. Permitted Use no comercial



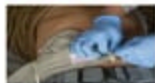
CPR training
Rama
Creative Commons Attribution-Share Alike
2.0



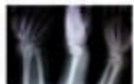
Ministerio de Educación de Argentina
Hemorragia



Pizarros
Fuego en una chimenea
Creative Commons Attribution-Share Alike 3.0



Bandage to treat an abdominal wound
Matthew Leistikow
Public domain



Colles fracture
Ashish j29
Creative Commons Attribution 3.0

Diversas imágenes obtenidas de la web Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo: <http://www.insht.es/portals/site/insht/>



Reconocimiento - NoComercial - CompartirIgual (by-nc-sa): No se permite un uso comercial de la obra original ni de las posibles obras derivadas, la distribución de las cuales se debe hacer con una licencia igual a la que regula la obra original.

IMÁGENES UTILIZADAS:



First Aid Dummy
Imagen de Shaun Wood
Fuente: Flickr
Licencia Creative Commons (CC BY-NC-SA 3.0)



Medical emergency personnel after attack
Imagen de Shaun Wood
U.S. Navy Photo by Journalist 1st Class Mark D. Faram
Public domain



Erste-Hilfe-Schrank
Mates
Public domain



Triage.
Veniforast Kofu. Permiso de Uso no comercial



CPR training
Rama
Creative Commons Attribution-Share Alike
2.0



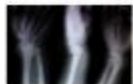
Ministerio de Educación de Argentina
Hemorragia



Pizarros
Fuego en una chimenea
Creative Commons Attribution-Share Alike 3.0



Bandage to treat an abdominal wound
Matthew Leistikow
Public domain



Cócces fracture
Ashish j29
Creative Commons Attribution 3.0

Diversas imágenes obtenidas de la web Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo: <http://www.insht.es/portal/site/insht/>



Reconocimiento - NoComercial - CompartirIgual (by-nc-sa): No se permite un uso comercial de la obra original ni de las posibles obras derivadas, la distribución de las cuales se debe hacer con una licencia igual a la que regula la obra original.