



Lugar de trabajo: _____ Instructor: _____ Fecha/Hora: _____

Tópico C084: Primeros Auxilios Básicos

Introducción: Primeros auxilios básicos se usan para el tratamiento de situaciones de vida no amenazantes para prevenir que las lesiones se hagan peor. Los primeros auxilios son sólo eso, **PRIMEROS** auxilios, y no deben interpretarse como tratamiento final. Lo siguiente son los procedimientos recomendados para primeros auxilios básicos:

Evalúe la Situación:

- Ponerse cualquier equipo de protección personal que pueda ser necesario para la situación, tales como guantes látex para protegerse de patógenos transmitidos por sangre.
- Determine la causa de lesión y elimine cualquier peligro que pueda afectarte como proveedor de primeros auxilios.
- Si la víctima no está en peligro, no la mueva.
- Trate primero las situaciones que amenazan la vida, hemorragia grave, paro cardíaco o si la víctima ha dejado de respirar.

Cortadas y Sangrado: Presión y elevación son usados para restringir el flujo de sangre a la parte lesionada para controlar la pérdida de sangre.

- Aplique un apósito limpio sobre la herida con una constante presión firme y mantenga el apósito en su lugar durante 20 minutos.
- Si hay un objeto en la herida, aplique presión al costado. Eleve la parte lesionada y apóyela mientras mantiene presión sobre la herida. No retire el objeto ya que esto puede aumentar el sangrado.
- Si el sangrado continúa, use los puntos de presión en las arterias y solicite asistencia médica. Una vez pare el sangrado, aplique un vendaje limpio y busque atención médica tan pronto como sea posible.

Pida ayuda:

- Si usted está solo, tratar cualquier lesión mortal primero, y luego ir en busca de ayuda.
- Si usted no está solo, envíe a alguien por ayuda inmediatamente.

Concusión: Una persona puede entrar en conmoción por pérdida de sangre o trauma:

- Si la víctima está consciente, acuéstela con las piernas elevadas. Si la víctima está fría, cúbrala con una manta o ropa de repuesto.
- Tranquilizar la víctima para mantenerla calmada. Busque atención médica tan pronto como sea posible.

Quemaduras y Escaldaduras: Las quemaduras se clasifican en grados por el área de tejido quemado y la profundidad a la que se daña el tejido. **Quemaduras de primer grado** son superficiales, que sólo implica la primera capa de piel. Pueden causar enrojecimiento, dolor e inflamación pero suelen sanar bien con poco tratamiento. **Quemaduras de segundo grado** forman ampollas e involucran las dos primeras capas de piel. **Quemaduras de tercer grado** afectan todas las capas de la piel. Estas quemaduras siempre requieren tratamiento médico. Cualquier víctima de quemaduras se beneficiará de los siguientes tratamientos de primeros auxilios:

- Enfríe la zona quemada con agua limpia durante 10-20 minutos.
- Cuidadosamente remueva del área lesionada cualquier ropa restrictiva o joyas. No remueva nada que esté pegada a la herida.
- No use lociones o ungüentos; use gel para quemaduras si es disponible. No rompa las ampollas o interfiera con el tejido dañado.
- Cubra la herida con un apósito estéril, pero no aplique presión.

Huesos Fracturados: La primera prioridad en el caso de fracturas de huesos es evitar el movimiento de la parte lesionada.

- Si la víctima debe moverse para recibir asistencia médica, suavemente apoye la parte lesionada a mano, coloque la víctima en una posición lo más cómoda posible, con la parte lesionada sostenida con mantas enrolladas o ropa.
- Tratar a la víctima por conmoción, pero no mueva la parte lesionada. Haga que la víctima esté lo más cómoda posible y espere por ayuda médica.

Conclusión: Todas las lesiones en el trabajo deben ser reportadas inmediatamente a su supervisor, y la atención médica debe ser buscada por todas, menos las lesiones leves, tan pronto como sea posible.

Asistencia de Empleado: (Nombres o firmas de personal presentes en esta reunión)

_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

Estas pautas no sustituyen las leyes locales, estatales o federales y no deben interpretarse como un sustituto para, o de interpretación legal de, cualquier regulación de OSHA.