

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

Tópico C105: Principios de Primeros Auxilios

Introducción: Situaciones médicas de emergencia puede ocurrir en cualquier momento, en cualquier lugar y a cualquier persona. Trabajadores con capacitación en primeros auxilios son capaces de reaccionar con calma y hábilmente en una situación de emergencia. Los siguientes son los elementos básicos inmediatos de primeros auxilios de emergencia:

Ver la situación y hacer una evaluación cuidadosa:

- Determinar la causa de la lesión, accidente o enfermedad.
- No se convierta en víctima de sí mismo.

Pida ayuda:

- Si usted no está solo asigne a alguien que pida ayuda inmediatamente.
- Si usted está solo tendrá que determinar la gravedad de la lesión y puede ser necesario proporcionar primeros auxilios y luego dejar a la víctima para pedir ayuda.

No mueva a la víctima si:

- Hay aparente lesiones de la columna vertebral, espalda o cuello.
- Existe la posibilidad de agravar la lesión.

Nota Especial: Víctimas de lesiones de la columna vertebral, espalda y cuello sólo deben ser movidos si la víctima se encuentra en mayor peligro al *no* ser movida.

Víctimas de lesiones de la columna vertebral, espalda y cuello sólo deben ser movidos si la víctima se encuentra en mayor peligro al *no* ser movida.

Si es necesario, limpiar las vías respiratorias:

- La falta de oxígeno puede causar daño cerebral y puede matar a una persona en pocos minutos.
- Si una persona no puede hablar, toser o respirar, las vías respiratorias pueden estar obstruidas.

Controle el sangrado abundante:

- Use vestirse limpia para controlar la pérdida de sangre mediante la aplicación constante de presión directa.
- Si es posible, eleve la herida por encima del corazón o cerca del punto de presión.
- Evitar el uso de torniquete a menos que la persona esté en peligro de morir desangrada y usted ha sido entrenado para aplicar una.

Tratamiento por conmoción:

- Señales incluyen: Piel fría y pálida, náuseas, pulso rápido y débil, respiración rápida o jadeo y debilidad.
- Mantenga a la víctima acostada y cubierto sólo lo suficiente para mantener el calor del cuerpo.
- No mueva a la víctima a menos que sea absolutamente necesario y dele inmediata atención médica.
- No se convierta en víctima de sí mismo.

Nota Especial: Una respuesta rápida, calmada a cualquier situación de emergencia es imperativa. Buenas habilidades de primeros auxilios son necesarias para prevenir una lesión mayor y evitar que empeore cualquier lesión e incluso salvar la vida de un compañero de trabajo. Sin embargo, al prestar el servicio de primeros auxilios, uno nunca debe exceder el nivel de formación.

Revise estos principios:

- Conocer sus limitaciones – De sólo los primeros auxilios que está calificado para dar.
- En una emergencia médica, siempre obtenga a la víctima inmediata atención médica calificada.
- En cualquier emergencia, recuerde dar atención urgente primero.
- Nunca dé CPR a alguien, a menos que esté capacitado para hacerlo.
- Siempre lleve ayuda a la víctima; no mueva a una persona lesionada a menos que sea absolutamente necesario.
- Siempre sepa la ubicación de los botiquines de primeros auxilios.

Conclusión: Saber cómo responder adecuadamente a accidentes con heridos graves requiere desarrollar habilidades a través de estudio y formación. El esfuerzo que se gasta para aprender técnicas de primeros auxilios vale la pena porque algún día puede ayudar a salvar una vida.

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.