

*Departamento de Servicio de Higiene y seguridad
en el Trabajo*

Rectorado y Consejo Superior

Universidad de Buenos Aires

GUIA DE ORIENTACIÓN BÁSICA EN PRIMEROS AUXILIOS



Departamento de Servicio de Higiene y Seguridad en el Trabajo
Rectorado y Consejo Superior
Universidad de Buenos Aires



¿QUÉ SON LOS PRIMEROS AUXILIOS?

Los **Primeros Auxilios** están referidos a la 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.**

European First Aid Guidelines, Resuscitation, vol 72, número 2, pp240-251



¿QUÉ DEBO HACER ANTES DE ATENDER A UNA PERSONA?

- **Ser consiente de la capacitación que usted posee en Primeros Auxilios (PA) para saber si su ayuda resultará efectiva.**
- **Evitar el contacto con sangre y/o otros fluidos corporales. (siempre usar guantes de latex)**
- **Obtener el consentimiento del accidentado. Para ello debe primero decirle su nombre, que posee capacitación en PA y preguntarle si quiere su ayuda.**



¿QUÉ DEBO RECORDAR?

- **NO** prestar ayuda si una persona consciente lo rechaza.
- Si la persona consciente es menor de edad, deberá pedir el consentimiento de sus padres, si están presentes. En caso de no estar los padres o el tutor, el consentimiento es sobreentendido.
- Si la persona está inconsciente, el consentimiento se considera sobreentendido.
- Aunque la persona no brinde su consentimiento, de todas maneras, debe llamar a la emergencia.

*Departamento de Servicio de Higiene y Seguridad en el Trabajo
Rectorado y Consejo Superior
Universidad de Buenos Aires*



PASOS A SEGUIR ANTE UNA EMERGENCIA

•OBSERVAR:

El lugar: si aún existe algún peligro, cuantas son las personas afectadas, si se encuentra alguna persona que pueda colaborar en la asistencia, etc.

La víctima: estado de consciencia, si se mueve, si existe hemorragias o cortes, si respira.

•COMUNICAR:

•Llamar a la emergencia médica. En caso de ser un accidente laboral, llamar a la ART.

Seguidamente, llamar al Personal de Seguridad del Edificio, para que arbitre los medios para el acceso del personal médico.

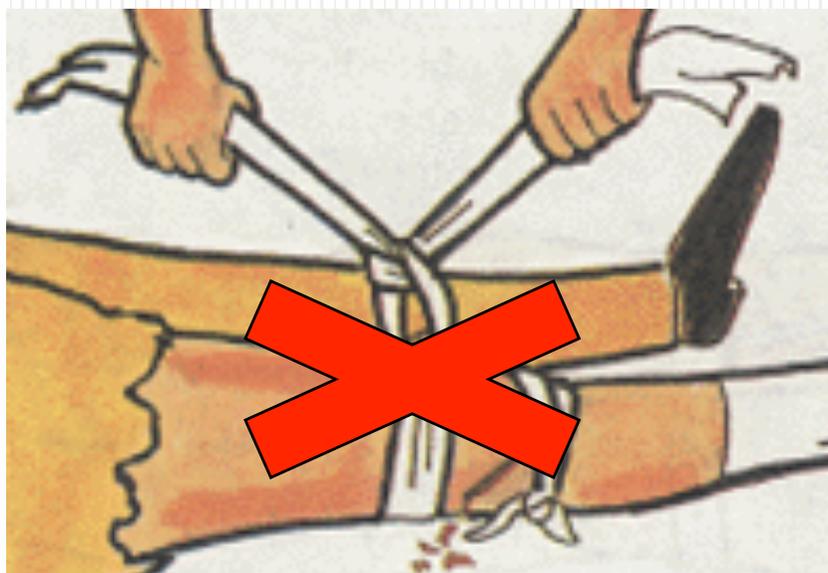
•ADMINISTRAR LOS PRIMEROS AUXILIOS:

• Si la persona respira colóquela de costado para evitar que se obstruyan las vías respiratorias.

*Departamento de Servicio de Higiene y Seguridad en el Trabajo
Rectorado y Consejo Superior
Universidad de Buenos Aires*



HEMORRAGIAS

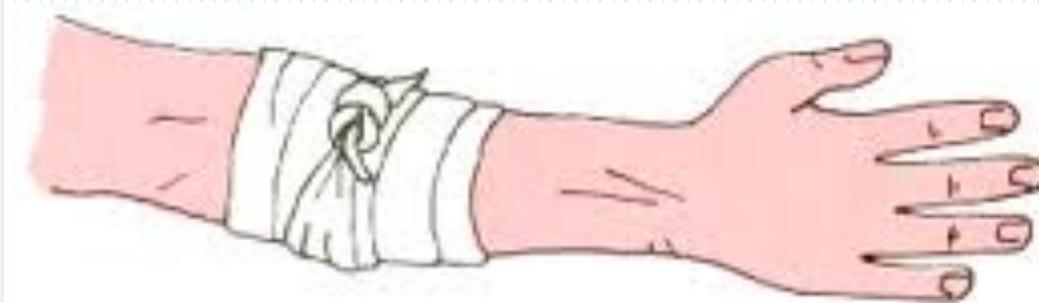


NO haga torniquete



HEMORRAGIAS

Aplique PRESION DIRECTA sobre un vendaje estéril y luego coloque un VENDAJE COMPRESIVO.





SANGRADO NASAL

Procure inclinar hacia adelante a la persona y que esta comprima su nariz con el pulgar y el índice de su mano.



Si pasado un tiempo prudencial el sangrado persiste el mismo puede requerir asistencia médica.

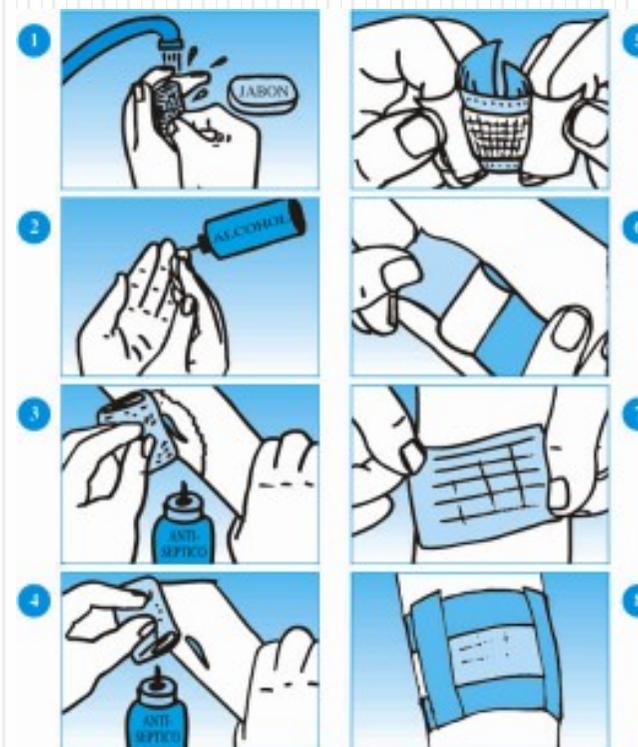


HERIDAS

En caso de producirse una herida,
deberá :

- Ø **LAVAR** la misma con agua corriente o en su defecto agua limpia y utilizar jabón.
 - Ø **DESINFECTARLA** con yodo povidona, agua oxigenada o clorhexidina.
 - Ø **CUBRIRLA** con apósito estéril o similar.
- RECURRA CON URGENCIA AL MEDICO**, si la herida esta en ubicada en una zona comprometida.

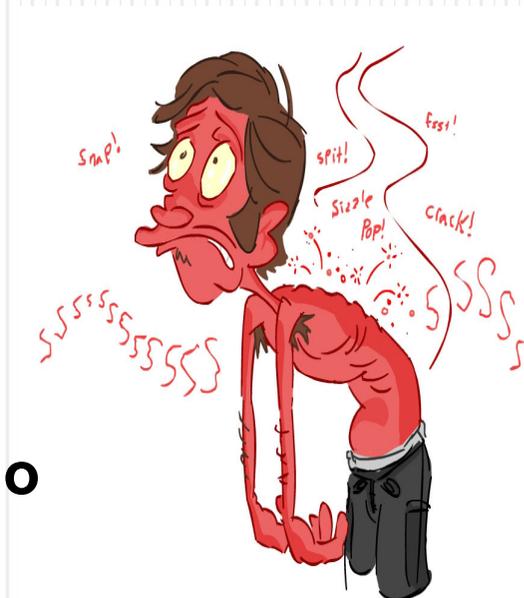
CONSULTE A SU MEDICO, si la herida es superficial y asegúrese que no necesita tratamiento adicional.





QUEMADURAS POR CALOR

- § **ENFRIE** la quemadura con agua fría.
- § **RETIRE** la vestimenta y alhajas que no se hayan adherido a la zona quemada.
- § **NO TOQUE** las ampollas que se hayan formado.
- § **CUBRA** la quemadura con vendaje limpio o en su defecto con film plástico o bolsa.
- § **NO APLIQUE** cremas o lociones sobre la quemadura.
- § **NO APLIQUE HIELO NI PASTA DENTAL**





LESIONES MUSCULOESQUELETICAS

- § **NO MOVILIZAR** el área afectada.
- § **RETIRE** prendas apretadas para favorecer la circulación.
- § **PEDIR** un Servicio de Asistencia Médica.
- § **SI DEBE TRASLADAR** al herido inmobilice la lesión con lo que tenga disponible.
- § **SI HAY HERIDAS** siga los pasos mencionados anteriormente en el apartado “Heridas”.
- § **APLIQUE HIELO** sobre la herida en forma “indirecta” para evitar quemaduras. Cada 20 minutos.





DESMAYO

SINTOMAS

- § **Debilidad.**
- § **Mareos y Nauseas.**
- § **Palidez.**
- § **Sudor frío.**
- § **Visión borrosa.**
- § **Pérdida de equilibrio.**





DESMAYO

COMO ACTUAR

- § **Observe si la persona perdió la conciencia.**
- § **Acuéstela boca arriba y libere vías respiratorias.**
- § **Comuníquese con un servicio de urgencias.**
- § **No le de sal, azúcar ni haga respirar productos.**
- § **Controle la respiración.**
- § **Afloje las prendas de vestir y cinturones.**
- § **No le suministre líquidos ni bebidas.**





CONVULSIONES

Antes que nada hay que tener en cuenta que **NO DEBE** introducirse ningún objeto en la boca del paciente

COMO ACTUAR

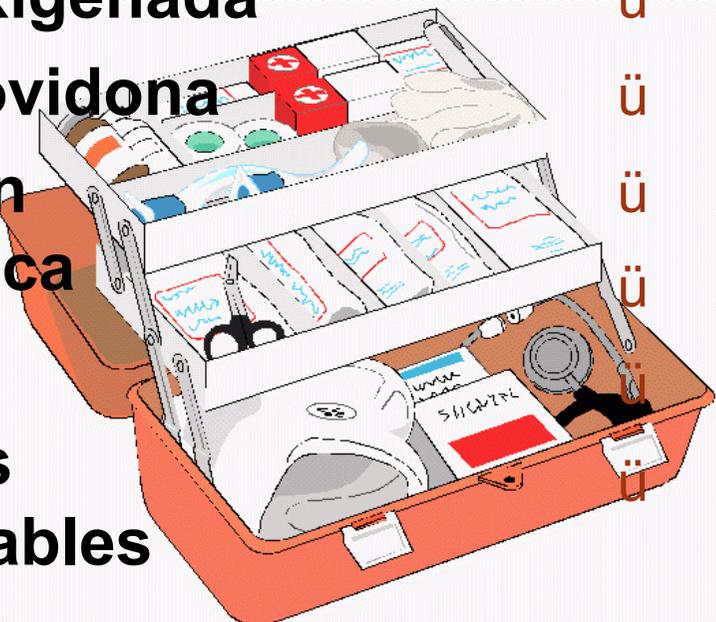
- § LLAME a la emergencia médica
- § NO SUJETE a la persona.
- § DESALOJE el ambiente.
- § COLOQUE algún apoyo bajo la cabeza.
- § CONTROLE el tiempo que dura el ataque.
- § LIMPIE la boca y la nariz cuando finalice.
- § COLOQUELO de costado en caso de vómitos.

- § NO SE ASUSTE si el paciente se queda dormido





BOTIQUÍN (Contenido Básico)

- 
- ü Agua oxigenada
 - ü Yodo povidona
 - ü Solución fisiológica
 - ü Jeringa
 - ü Guantes descartables
 - ü Vendas
 - ü Tijera
 - ü Baja lengua
 - ü Caja de curitas
 - ü Tela adhesiva
 - ü Alfileres de gancho
 - ü Apósito ocular
 - ü Tubo látex
 - ü Apósito quirúrgico estéril
 - ü Apósitos
 - ü Gasa hidrófila

**Departamento de Servicio de Higiene y Seguridad en el Trabajo,
Rectorado y Consejo Superior**



Universidad de Buenos Aires

El contenido de esta Guía de Primeros Auxilios se ha basado en la Guía y Recomendaciones sobre el tema realizados por la Cruz Roja Argentina.