

## ¿CÓMO ACTUAR ANTES ACCIDENTES DE TRABAJO?

### ❖ ACCIONES HUMANAS. PRIMEROS AUXILIOS

#### ¿QUÉ SON LOS PRIMEROS AUXILIOS?

Son aquellas actuaciones o medidas que se adoptan inicialmente con un accidentado o enfermo repentino, en el mismo lugar de los hechos, hasta que llega asistencia especializada.

#### OBJETIVOS DE LOS PRIMEROS AUXILIOS:

- Evitar la muerte.
- Impedir el agravamiento de las lesiones.
- Evitar más lesiones de las ya producidas.



- Aliviar el dolor.
- Evitar infecciones o lesiones secundarias.
- Ayudar o facilitar la recuperación del lesionado.

**BOTIQUÍN:** Es imprescindible disponer de uno o varios botiquines en el taller que deberá contener, como mínimo:

- Desinfectantes y antisépticos
- Gasas estériles
- Algodón hidrófilo
- Vendas
- Esparadrapo
- Apósitos adhesivos
- Tijeras y Pinzas
- Guantes desechables

*Dicho material debe revisarse periódicamente y reponerse tan pronto como caduque o sea utilizado.*

### LA PERSONA QUE SOCORRE

- ✓ Tener unos conocimientos básicos. De no ser así, es mejor abstenerse de actuar.
- ✓ Hacerse una buena composición de lugar antes de actuar, es imprescindible para garantizar la seguridad.
- ✓ Protegerse contra riesgos biológicos (usar guantes, protectores en el boca a boca, etc. ).
- ✓ Actuar con tranquilidad y rapidez.
- ✓ Tranquilizar al herido, dándole ánimo y mitigando su preocupación.
- ✓ Evitar mover al accidentado (salvo causa de fuerza mayor como incendio, inmersión, etc.) y en todo caso con gran precaución.
- ✓ Limitarse a las actuaciones indispensables:
- ✓ Adoptar las medidas necesarias para asegurar la vida y evitar lesiones mayores.
- ✓ Asegurar la asistencia especializada y el traslado adecuado.
- ✓ Mantener al herido caliente (abrigarlo) y aflojar las ropas que opriman.
- ✓ Evitar dar de comer o beber al accidentado.
- ✓ Apartar a los curiosos.

*FORMACIÓN: Todo el personal del taller deberá tener unos conocimientos básicos de primeros auxilios.*

## PAUTA GENERAL DE ACTUACIÓN: CONDUCTA "PAS"

**ANTE UN ACCIDENTE**

**PROTEGE** al accidentado y a ti mismo.

- ◆ Hacer seguro el lugar del accidente: es preferible alejar el peligro, que movilizar al accidentado.
- ◆ Posibles situaciones:
  - Heridas sangrantes: utilizar guantes desechables.
  - Electrocuación: desconectar la corriente.
  - Incendios: controlar el fuego, si hay humo, ventilar (si no fuera posible, rescate convenientemente protegidos).
  - Accidentes de tráfico: aparcar bien, ponerse chaleco de alta visibilidad y señalizar.

**AVISA** a los servicios de socorro: 112

- ◆ Los profesionales que atiendan nuestra llamada pedirán:
  - Identificarse.
  - Informar acerca del lugar exacto.
  - Especificar el tipo de accidente y circunstancias que pueden agravar la situación (intoxicación, quemaduras térmicas o químicas, etc.).
  - Informar acerca del número de heridos y estado aparente (conscientes, sangran, respiran, etc.).
  
- ◆ Es importante mantener libre la línea telefónica utilizada para la comunicación del accidente.
  
- ◆ Mientras se espera la ayuda, se puede empezar a socorrer.

## ANTE UN ACCIDENTE



## ANTE UN ACCIDENTE



**SOCORRE** aplicando tus conocimientos de primeros auxilios

♦ Se debe actuar teniendo presente estas prioridades (por lo que es imprescindible la valoración del accidentado antes de cualquier actuación y, en caso de accidentes múltiples, no atender al primer herido que se encuentre o al que más grite):

1º Salvar la vida.

2º Evitar que se agraven las lesiones.

Prioridad inmediata: Problemas respiratorios, paros cardíacos, hemorragias graves, inconsciencia, shock, tórax abierto o heridas abdominales, quemaduras del aparato respiratorio, o heridos con más de una fractura.

Prioridad secundaria: Quemaduras graves, lesiones de columna vertebral, hemorragias moderadas, accidentados conscientes con lesiones en cabeza.

Prioridad terciaria: Fracturas leves, contusiones, abrasiones y quemaduras leves.

## ¿Cómo actuar en caso de hemorragias?

*Una hemorragia es la salida de sangre de los vasos sanguíneos: Arterias (sangre rojo brillante que sale a borbotones) o venas (sangre rojo oscuro que sale de forma continua).*

### Si el accidentado sangra profusamente por herida en un miembro:

- Colocar un apósito o gasas limpias sobre el lugar que sangra.
- Realizar una compresión directa con su mano sobre el apósito o gasas durante al menos 5 minutos.
- Si no cesa la hemorragia, colocar varias gasas sobre el primer apósito y aplicar un vendaje compresivo.
- Si no cesa la hemorragia, presionar con los dedos sobre la arteria de la raíz del miembro que sangra:
  - Para hemorragias en el brazo, colocar la mano por debajo del brazo y buscar con los dedos el pulso de la arteria braquial y comprimir fuertemente elevando el brazo por encima del nivel del corazón.
  - Para hemorragias en la pierna, colocar el canto de la mano sobre la ingle y presionar fuertemente hacia abajo para comprimir la arteria femoral, elevando la pierna por encima del nivel del corazón.
- Si a pesar de las acciones anteriores la hemorragia continúa, se deberá colocar (como último recurso) un torniquete en la raíz de la extremidad.

**Hemorragias nasales (epistaxis):**

- ✓ Colocar a la persona sentada y con la cabeza inclinada hacia delante.
- ✓ Comprimir con los dedos las fosas nasales entre 2 y 5 minutos.
- ✓ Levantar la compresión para observar si ha cesado la

**Hemorragias de oído (otorragia):**

- ✓ No intentar detener una hemorragia de oído que aparezca tras un golpe en la cabeza. Colocar a la persona tumbada y avisar inmediatamente a los servicios sanitarios.

**Hemorragias Internas:**

- ✓ Se producen cuando se rompe algún vaso sanguíneo del interior del cuerpo, principalmente el abdomen, como consecuencia de un gran traumatismo o enfermedades del estómago o de intestino.
- ✓ Se puede sospechar de su existencia cuando una persona que ha sufrido un golpe intenso en el abdomen, al cabo de unos minutos comienza a sentirse mal, se pone pálida, sudorosa, e incluso pierde el conocimiento.

## ¿Cómo actuar en caso de heridas?

Según su mecanismo de producción, las heridas pueden clasificarse en:

- **Contusas:** Producidas por objetos romos con bordes irregulares. Son muy dolorosas y sangran poco.
- **Incisas:** Producidas por objetos afilados. De bordes separados y hemorragia profusa.
- **Punzantes:** Producidas por objetos puntiagudos. Son poco dolorosas, profundas aunque de bordes mínimamente separados.
- **Desgarros:** Producidas por atrapamiento y tracción. Producen dolor y hemorragia variables.

Ante una herida en general, se deberá:

- Extremar las medidas de limpieza y desinfección. Lavarse las manos
- Intentar contener la hemorragia y considerar otras lesiones asociadas
- Lavar la herida con agua abundante, agua y jabón o agua oxigenada
- Colocar un apósito o gasa estéril, y sobre él un vendaje compresivo
- Esperar asistencia sanitaria especializada
- No intentar extraer cuerpos extraños enclavados ni hurgar en la herida.
- Si la herida es profunda, punzante o de bordes irregulares o muy separados, colocar un apósito estéril sobre ella y acudir al

## ¿Cómo actuar en caso de quemaduras?

Las quemaduras en los talleres pueden producirse por:

- Contacto con un foco a alta temperatura: una llama, una superficie caliente o un líquido o vapor caliente
- Contacto con productos químicos corrosivos
- Contacto con la electricidad

*Su gravedad depende de su profundidad y su extensión.*

Ante una quemadura superficial de escasa extensión, se deberá:

- Apartar al afectado del agente calórico
- Lavar abundantemente la zona afectada bajo un chorro de agua limpia
- Valorar la gravedad de la quemadura
- Colocar un apósito estéril y remitir al médico

*En caso de quemaduras eléctricas, de gran profundidad, o quemaduras extensas o que afecten a la cara, recabar asistencia sanitaria.*

## ¿Cómo actuar en caso de fracturas?

Según su mecanismo de producción, las fracturas se clasifican en:

- **Directas:** Cuando el hueso se rompe en el lugar donde se ha producido el traumatismo, por un fuerte golpe o por aplastamiento.
- **Indirectas:** Cuando el traumatismo y la fractura no coinciden en su localización. Una caída al suelo sobre una mano puede dar una fractura por debajo del codo o incluso en el brazo u hombro.

La actuación general ante una fractura es:

- No mover al accidentado, especialmente si se sospecha fractura de abdominales, de columna, etc.)
- Buscar posibles lesiones asociadas (otras fracturas, traumatismos). No tocar el foco de fractura ni intentar movilizar el miembro afectado.
- Esperar la llegada de asistencia sanitaria.

### ¿Cómo actuar en caso de cuerpos extraños en los ojos?

**En el taller es muy frecuente** la proyección de partículas a los ojos en el transcurso de tareas diversas realizadas sin protección.

La actuación general cuando se produzca una proyección será:

- Impedir que la persona afectada se frote el ojo
- Realizar un lavado del ojo abierto con una ducha lavaojos o bajo el chorro de agua limpia
- Tanto si el cuerpo extraño ha sido eliminado con el lavado, como si permanece enclavado, cubrir el ojo con un apósito estéril y remitir al médico.
- Si la proyección se ha producido por ácidos o álcalis cáusticos, lavar el ojo abundantemente en la ducha lavaojos o bajo el chorro de agua limpia, manteniendo la irrigación durante 10 minutos. Cubrir el ojo con un apósito estéril y remitir al médico.

### ¿Cómo actuar en caso de intoxicación?

Las causas que provocan una intoxicación en un taller son básicamente:

- La inhalación o contacto cutáneo de productos químicos tóxicos.
- La inhalación de monóxido de carbono producido por una combustión incompleta del combustible en el motor.

La actuación general ante una intoxicación por inhalación será:

- Avisar a la asistencia sanitaria
- Airear y ventilar por todos los medios la zona, antes de acercarse a socorrer
- Parar los motores y evitar la formación de chispas
- Separar a la persona afectada de la zona donde esté respirando el tóxico
- Valorar el estado de las constantes vitales
- Iniciar maniobras de reanimación cardio-pulmonar si es necesario