

# PRIMEROS AUXILIOS

## ¿QUÉ SON?

Los primeros auxilios son las medidas inmediatas que se brindan a una persona lesionada, inconsciente o que presenta una enfermedad súbita, en el lugar donde ocurre el incidente, hasta la llegada de la asistencia sanitaria especializada.

# CORTES

Lesion producida por un objeto con filo, como vidrios o cuchillos, que puede generar **sangrado abundante**.



## Actuación Inmediata

- ✓ Colocarse guantes descartables
- ✓ Lavar la herida con abundante agua
- ✓ Aplique presión con una gasa
- ✓ Desinfectar la herida



# HERIDA PUNZANTE

Lesión producida por la penetración de un objeto con punta en el cuerpo.



## Actuación Inmediata

- ✓ Colocarse guantes descartables
- ✓ Presionar la herida con gasa
- ✓ Elevar el miembro afectado
- ✓ Lavar con agua limpia cuando cese el sangrado
- ✓ Cubrir con apósito esteril



# FRACTURA

Lesión producida en los huesos. Existen tres tipos:

Fisura

Fractura Interna

Fractura Externa



## Actuación Inmediata

- ✓ Inmovilizar la zona afectada
- ✓ Evitar acomodar el hueso
- ✓ Solicitar asistencia medica inmediata



# REANIMACION CARDIO PULMONAR (RCP)

# PASO 1: REVISIÓN DEL CONTEXTO

- ✓ Conocer si hay algún peligro que nos pueda poner en riesgo.
- ✓ Intentar comprender qué fue lo que pasó.
- ✓ Saber cuántas personas afectadas hay.
- ✓ Conocer si existe algún otro peligro inmediato.
- ✓ Reconocer si hay alguien más a quien pedir colaboración.
- ✓ **Revisar a la persona afectada, evaluar si responde, respira y/o sufre sangrado grave.**



## PASO 2: LLAMAR A SERVICIO DE EMERGENCIA

**107**

**AMBULANCIA**

**100**

**BOMBEROS**

**911**

**POLICIA**

**103**

**DEFENSA CIVIL**

**106**

**PREFECTURA**

**0800**

**ART CORRESPONDA**



## PASO 3: APLICAR MANIOBRAS DE RCP



Colocar manos en el centro del pecho.  
Una mano sobre la otra.  
Entrecruzar los dedos.



Comprimir fuerte el pecho:  
Frecuencia: de 100 a 120 compresiones  
por minuto.  
Profundidad 5 cm aproximadamente.  
Igual compresión que relajación.



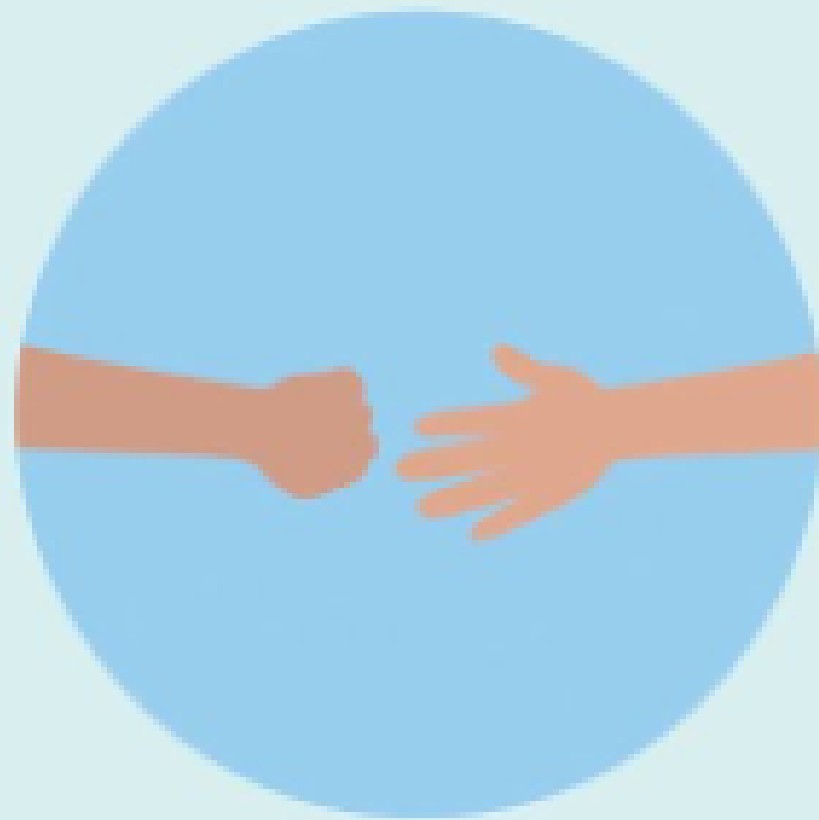
De ser posible, cambiar con otra  
persona cada 1 o 2 minutos para  
prevenir el cansancio.



# ¿HASTA CUANDO HACER RCP?

- ✓ Llegue un Desfibrilador Externo Automático (DEA)
- ✓ Llegue el personal de salud
- ✓ La víctima empiece a moverse
- ✓ Usted esté demasiado cansado para continuar
- ✓ Su seguridad corra peligro

# Maniobra de Heimlich



# PASOS A SEGUIR

- ✓ Insitar a la persona a que tosa (la tos tiene mas fuerza que la misma manionbra)
- ✓ Sostenga a la persona colocando una mano en la parte superior del pecho
- ✓ Palpar el ombligo y apoyar el puño por arriba de este
- ✓ Apretar hacia adentro y hacia arriba (movimiento en forma de "J")
- ✓ Alternar 5 golpes en la espalda y 5 compresiones abdominales hasta que el objeto sea expulsado



# DIAGNOSTICO DE ACCIDENTE CEREBROVASCULAR (ACV)

# ESCALA FAST

**F (ROSTRO):** PEDIR A LA PERSONA QUE SONRÍA

¿LA SONRISA ES SIMÉTRICA O ESTA CAÍDA DE UN LADO?

**A (BRAZOS):** PEDIR QUE LEVANTE AMBOS BRAZOS

¿UNO DE LOS BRAZOS TIENDE A CAER O NO PUEDE LEVANTARLO?

# ESCALA FAST

**S (HABLA):** PEDIR QUE REPITA UNA FRASE SENCILLA

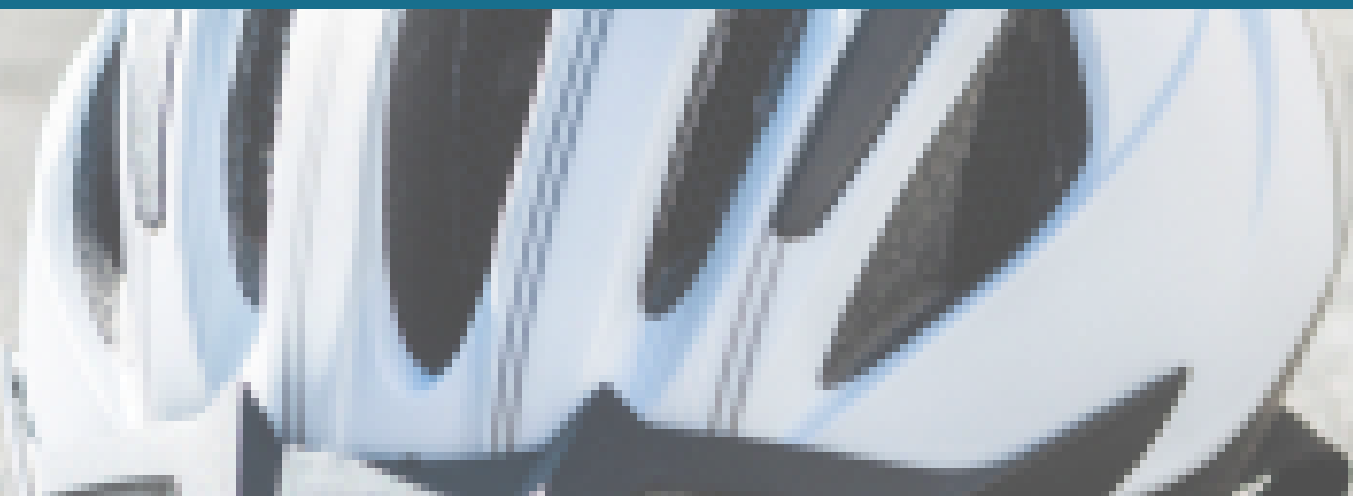
¿SU HABLA EN CONFUSA O NO LOGRA HABLAR?

**T (TIEMPO):** SI HAY SINTOMAS, LLAMAR INMEDIATAMENTE A EMERGENCIAS



**ACCIDENTES**

**IN ITINERE**



# ¿QUE ES UN ACCIDENTE IN ITINERE?

Es el accidente que ocurre al dirigirse, por el trayecto habitual, desde la casa al trabajo o al regresar del trabajo a la casa. Durante el transcurso de este tiempo el trabajador está expuesto a diferentes riesgos según el medio de transporte que utilice.



# ¿CUALES SON LAS CAUSAS DE UN ACCIDENTE IN ITINERE?



## FACTORES HUMANOS

Comportamiento en la vía pública que las personas tienen con sí mismos y con terceros: IMPRUDENCIA – CANSANCIO – PROBLEMAS FÍSICOS – NEGLIGENCIA – ENTRE OTROS.



## FACTORES TECNICOS

Medio de transporte, las condiciones de uso de los caminos, la señalización, entre otros.

# RECOMENDACIONES



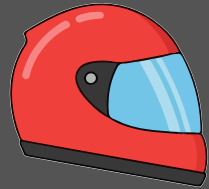
- ➔ Salir con tiempo suficiente para evitar urgencias.
- ➔ Tener en cuenta condiciones climáticas.
- ➔ Evitar distracciones, como el uso de celular.
- ➔ Realizar mantenimiento preventivo de los vehículos.



# CUMPLIR CON LAS NORMAS DE TRÁNSITO



Respetar los semáforos, velocidades, sendas peatonales y señales de tránsito.



Utilizar elementos de seguridad como: cinturón y casco.



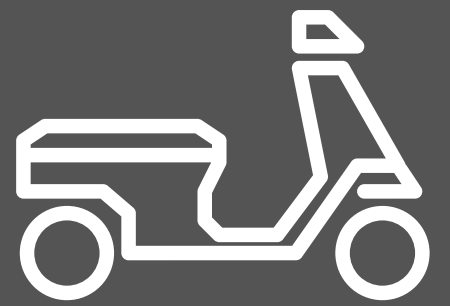
No beba al conducir. El alcohol reduce la capacidad de reacción. Recuerde que es alcohol 0.



Cruzar por las esquinas.



Circule por la derecha, manteniendo siempre una distancia prudencial del vehículo que circula delante.





# PREVENCIÓN DE INCENDIOS

# RIESGO DE

# INCENDIO

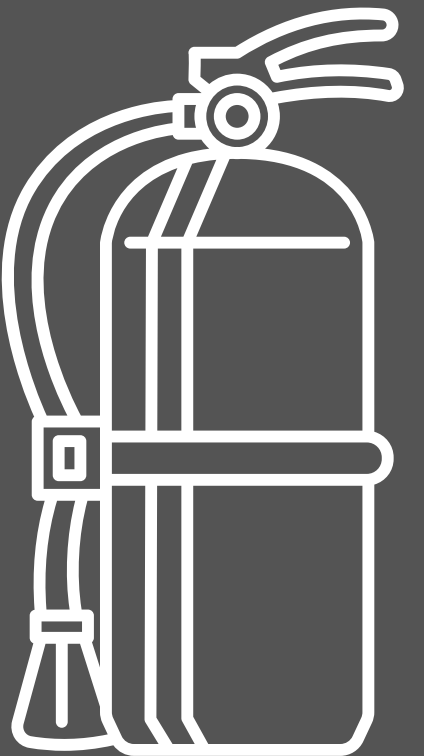
Probabilidad de que se origine un fuego capaz de provocar lesiones, muertes o daños materiales

- ➔ Fallas eléctricas: Cortocircuitos, sobrecarga de enchufes.
- ➔ Almacenamiento incorrecto de productos químicos, solventes o combustibles.
- ➔ Errores humanos: Fumar en áreas prohibidas o manejo descuidado de equipos de calor (calefactores, soldadoras).
- ➔ Falta de mantenimiento y limpieza: Acumulación de polvo, residuos o maquinaria sobrecalentada.



# Recomendaciones

- ✓ Inpecciones periódicas de instalaciones eléctricas, maquinaria y herramientas.
- ✓ Mantener ambientes ordenados y limpios
- ✓ Asegurarse de mantener libres las salida. Tener conocimiento del uso de extintores y que se encuentren con un fácil acceso.
- ✓ Capacitarse y participar de simulacros.



# COMPONENTES DE UN EXTINTOR



# TIPOS DE

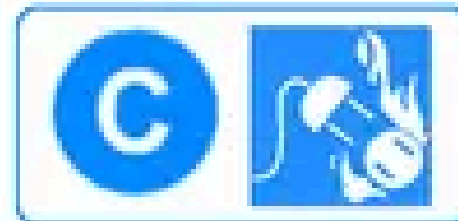
# EXTINTORES



Clase A: Madera, Papel, Cartón, Tela, Plástico.



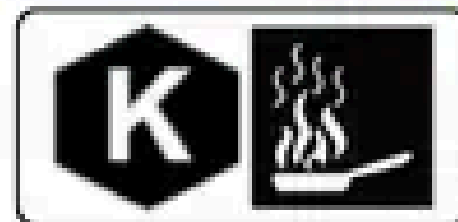
Clase B: Líquidos Combustibles Inflamables



Clase C: Equipos e Instalaciones Eléctricas



Clase D: Metales Combustibles



Clase K: Aceites y Grasas Vegetales y Animales

# ¿COMO UTILIZAR UN EXTINTOR?



**1** Descolgar



**2** Sacar el seguro



**3** Sujeta la manguera, oprime la palanca y dirige la descarga a la base de la llama.



**4** Mover la boquilla en forma de abanico

**MUCHAS  
GRACIAS**

