



SINDICATO DE EMPLEADOS  
DE COMERCIO DE  
MAR DEL PLATA-ZONA ATLANTICA



SECRETARIA DE HIGIENE MEDICINA Y SEGURIDAD EN EL TRABAJO

# PRIMEROS AUXILIOS



Se llama **"PRIMEROS AUXILIOS"** a la atención inmediata y temporal dada a víctimas de accidentes o situaciones de emergencia, en el mismo lugar de los hechos, hasta recibir ayuda médica.

Estar capacitados sobre como actuar en estas situaciones puede ayudar a no cometer errores mientras se espera la ayuda profesional.



SINDICATO DE EMPLEADOS  
DE COMERCIO DE  
MAR DEL PLATA-ZONA ATLANTICA



SECRETARIA DE HIGIENE MEDICINA Y SEGURIDAD EN EL TRABAJO

## ALGUNAS NORMAS BASICAS

- ✿ **Mantener la calma**
- ✿ **Llamar o hacer avisar a la urgencia médica**
- ✿ **Despejar el sitio, saber imponerse**
- ✿ **No movilizar a la persona, salvo que exista peligro en el lugar. Es mejor mantenerla recostada boca arriba**
- ✿ **Tranquilizar al accidentado**
- ✿ **Mantener la temperatura corporal, abrirla si hace frío y evitar sobre abrirla si hace calor**
- ✿ **No dar líquidos ni alimentos**
- ✿ **Aflojar la ropa**
- ✿ **Observar la situación antes de actuar**
- ✿ **Examinar bien a la víctima sin tocarlo innecesariamente**
- ✿ **Actuar rápidamente, sin precipitación**
- ✿ **No hacer comentarios sobre la víctima aún si se cree que esta inconsciente**



## ACTIVACIÓN DEL SISTEMA DE EMERGENCIA

### MÉTODO P. A. S.

- 1° **P**roteger el lugar de los hechos
- 2° **A**lertar a los servicios de socorro
- 3° **S**ocorrer a las víctimas

El proceso de valoración consiste en la recolección de datos sobre el paciente que pueden ser de utilidad para facilitar la correcta actuación del auxiliador. Ha de ser sistemática y precisa. Formas de valoración: la primaria y la secundaria.



SINDICATO DE EMPLEADOS  
DE COMERCIO DE  
MAR DEL PLATA-ZONA ATLANTICA



SECRETARIA DE HIGIENE MEDICINA Y SEGURIDAD EN EL TRABAJO

## VALORIZACIÓN PRIMARIA

La valoración primaria requiere pocos minutos y de su realización puede depender la vida del accidentado.

Se inicia con la primera impresión que el auxiliador tiene al ver al herido, que se forma a partir de lo que vemos y oímos, seguida de la evaluación primaria propiamente dicha, que consiste en identificar problemas que amenazan la vida del individuo, resumidos en el ABC:

**A - AIRWAY** - despejadas las vías aéreas, necesaria para que el aire llegue a los pulmones.

**B - BREATHING** - Existencia de respiración espontánea.

**C - CIRCULATION** - Existencia de latido cardiaco y ausencia de grandes hemorragias.

Se efectúan en el lugar de los hechos y consta de dos fases sucesivas:

### Realizar el A B C

#### **A** Vía aérea



Si la víctima está boca abajo, gírela con cuidado hasta que quede boca arriba.

Coloque los dedos en la parte ósea del mentón para elevarlo.





SINDICATO DE EMPLEADOS  
DE COMERCIO DE  
MAR DEL PLATA-ZONA ATLANTICA



SECRETARIA DE HIGIENE MEDICINA Y SEGURIDAD EN EL TRABAJO



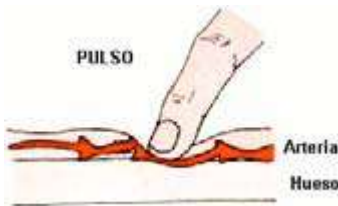
Quitar las obstrucciones de la boca.  
Retirada manual de los objetos accesibles y visibles.

## **B** Respiración (Breath)



Observar, escuchar y sentir la respiración.

## **C** Circulación



Pulso: El pulso es la onda de presión generada por el bombeo de la sangre del corazón en las arterias.

Comprobación del pulso radial, se palpa en la cara anterior y lateral de las muñecas.



Comprobación del pulso carotídeo



SINDICATO DE EMPLEADOS  
DE COMERCIO DE  
MAR DEL PLATA-ZONA ATLANTICA



SECRETARIA DE HIGIENE MEDICINA Y SEGURIDAD EN EL TRABAJO

## VALORIZACIÓN SECUNDARIA

Sólo después de realizar la valoración primaria y las debidas actuaciones (reanimación cardio-pulmonar, apertura de vías, etc.), si las hubo, se realiza la valoración secundaria.

Ésta consiste en la evaluación del estado del accidentado de pies a cabeza, tanto por delante, por detrás y por ambos laterales. Se han de buscar:

- ▶ **Fracturas de miembros o de la columna vertebral**
- ▶ **Golpes recibidos en la cabeza, tórax, abdomen y/o espalda que puedan producir hemorragias internas**
- ▶ **Lesiones, contusiones, quemaduras, dolor, etc.**

Ref.: Primeros Auxilios - Dra. Gloria Bernat Cortés