

Guía de primeros auxilios

¿Qué hacer en caso de accidente?

Guía de primeros auxilios:

¿Qué hacer en caso de accidente?

1	Principios básicos para la búsqueda de heridos	3
2	Medidas inmediatas para salvar vidas: Los pasos más importantes para salvar vidas	4
	2.1 Inconsciencia	5
	2.2 Posición lateral estable	6
	2.3 Masaje cardíaco y ventilación	7
	2.4 Vendajes de presión y cuidado de heridas	9
	2.5 Posiciones de la víctima	10
3	Medidas de emergencia: Lesiones graves o accidentes	11
	3.1 Shock	12
	3.2 Fracturas óseas	13
	3.3 Quemaduras por productos químicos	14
	3.4 Quemaduras	15
	3.5 Accidentes por electrocución	16
4	Botiquín de primeros auxilios	18

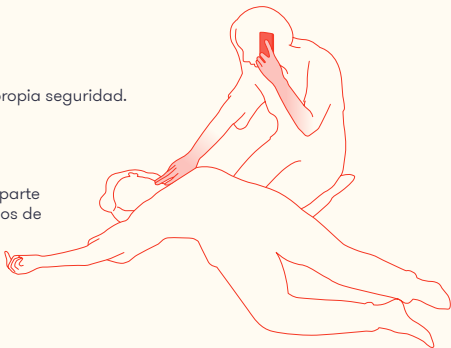
Principios básicos para la búsqueda de heridos

Llamada de emergencia, ES



112

- 1** Garantice ante todo su propia seguridad.
- 2** Mantenga la calma.
- 3** A continuación, envíe un parte de accidente a los servicios de emergencia.



NOTIFICACIÓN DE ACCIDENTES:

¿A quién?

Diga su nombre.

¿Dónde?

Dé detalles precisos del lugar del accidente.

¿Cómo?

Describa la situación del accidente.

¿Cuántos heridos?

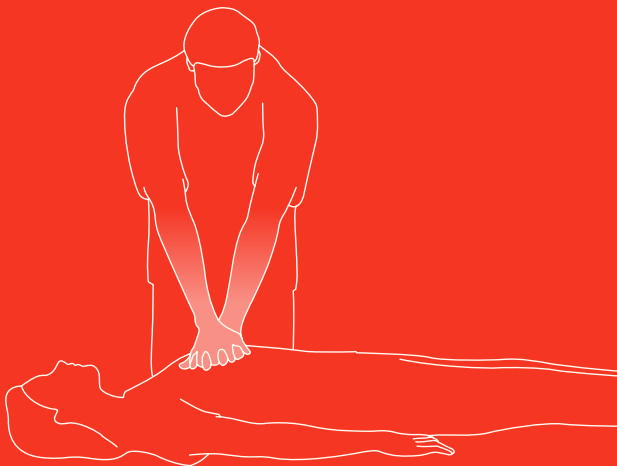
Indique el número de heridos.

¿Qué lesiones / enfermedades?

Describa las lesiones/enfermedades.

¡Espere a que le hagan más preguntas!

No cuelgue hasta que esté seguro de que se ha entendido todo.



Medidas inmediatas para salvar vidas:

Los pasos más importantes para salvar vidas

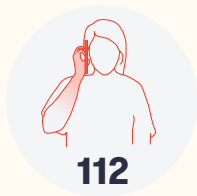
Inconsciencia



Compruebe inmediatamente las **constantes vitales**. Para ello incline la cabeza hacia el cuello y levante la barbilla para ver si la persona respira con normalidad.



Compruebe si hay **cuerpos extraños** en la boca de la persona y retírelos.



Si **no** se detecta una **respiración normal**, se debe iniciar inmediatamente la reanimación y realizar una llamada de emergencia.

¿RESPIRACIÓN NORMAL?

Si la respiración es normal, coloque a la víctima en posición de recuperación y haga una llamada de emergencia.



Posición lateral estable

[véase la sección 2.2]



¿NO HAY RESPIRACIÓN NORMAL?

Probablemente haya una parada cardíaca. Inicie la reanimación inmediatamente y haga una llamada de emergencia.



Reanimación: Masaje cardíaco y ventilación

[véase la sección 2.3]

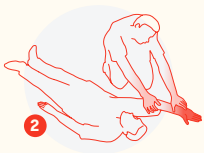


Posición lateral estable



1

En primer lugar, coloque a la persona inconsciente sobre una superficie plana.



2

Agarre el brazo cercano de la persona inconsciente e inclínelo hacia arriba. La palma de la mano debe apuntar hacia arriba.



3

Coloque la mano contraria con la palma bajo la mejilla mirando hacia usted y manténgala ahí.



4

Ahora tire de la pierna más alejada de la persona inconsciente hacia usted con la mano libre para tumbar el cuerpo hacia un lado. La pierna debe estar en ángulo recto con la cadera.



5

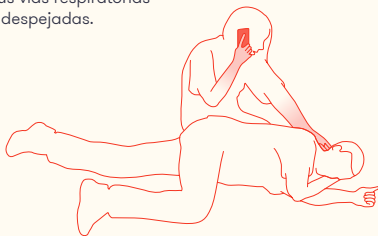
Ahora doble la cabeza hacia atrás y abra la boca de la víctima para que sus vías respiratorias estén despejadas.



6

Cubra a la víctima con una manta de emergencia.

7 Compruebe constantemente la respiración de la persona inconsciente y asegúrese de que su cabeza permanece en una posición equilibrada.



Llamada de emergencia, ES

112

Haga una llamada de emergencia, permanezca con la víctima y controle constantemente la respiración hasta que llegue la ayuda médica.

Masaje cardíaco y ventilación

El masaje cardíaco es una medida de salvamento utilizada en caso de parada cardíaca.

→ EN CASO DE RESPIRACIÓN AUSENTE O ANORMAL



- 1** Asegúrese de que las vías respiratorias están despejadas y de que no haya cuerpos extraños.



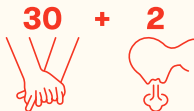
- 2** Coloque a la persona de espaldas en el suelo y ábrale la boca.

- 3** Colóquese una mano en la frente y empuje suavemente la cabeza hacia atrás para abrirle las vías respiratorias.

- 4** Despeje el pecho de la persona y coloque la palma de una mano centrada en la mitad inferior del esternón.



- 5** Coloque el segundo talón de su mano sobre él y presione unos 5 cm verticalmente hacia abajo sobre el pecho.



Realice 30 compresiones torácicas a un ritmo de 100-120 veces por minuto seguidas de 2 respiraciones alternas.

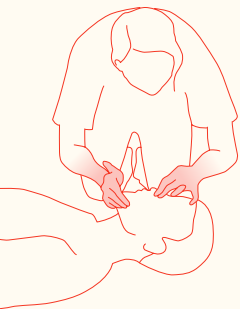
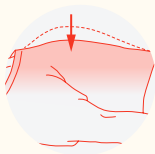
*Si dispone de un desfibrilador (DEA), utilícelo y siga las instrucciones del aparato.

*Siga haciendo esto hasta que empiece a respirar o llegue la ayuda.



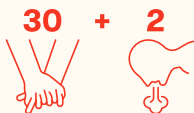
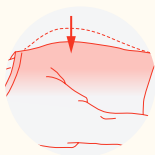
VENTILACIÓN BOCA A BOCA

- 1 Mantenga cerrada la nariz de la víctima. Alternativamente, para la reanimación boca a boca, utilice la toalla de reanimación suministrada en el botiquín de primeros auxilios.
- 2 Respire hondo y sople aire lentamente y con fuerza en la boca de la víctima hasta que el pecho se eleve visiblemente.
- 3 Espere unos segundos y vuelva a bajar el pecho de la persona.



VENTILACIÓN BOCA A NARIZ

- 1 Tápele la nariz.
- 2 Respire hondo y sople aire lentamente y con fuerza en la nariz de la víctima hasta que el pecho se eleve visiblemente.
- 3 Espere unos segundos y vuelva a bajar el pecho de la persona.



Continúe con 30 compresiones torácicas y 2 respiraciones hasta que empiece a respirar o llegue la ayuda.

Vendajes de presión y cuidado de heridas

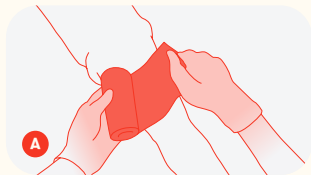


PROTÉJASE PRIMERO:
Póngase guantes desechables.



PARA HEMORRAGIAS ABUNDANTES

1. Acueste a la persona.
2. Presione inmediatamente un paño limpio sobre la herida y llame al 112.
3. A continuación, aplique un vendaje de presión con dos compresas:



Coloque la almohadilla del apósito sobre la herida y fíjela con dos capas.



Fije el segundo apósito firmemente formando un círculo sobre la herida a modo de almohadilla de presión hasta que se detenga la hemorragia.

PARA OTRAS LESIONES Y SANGRE

1. Acueste a la persona.
2. Utilice un apósito estéril para mantener la herida sin gérmenes.
3. Asegure el apósito de la herida con vendas adhesivas o tiritas adhesivas, por ejemplo.



Posición de la víctima



PROTEJA A LOS HERIDOS
de la pérdida de calor envolviéndolo en una manta térmica.

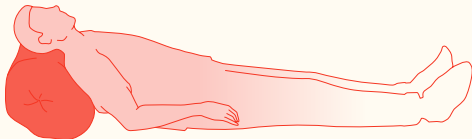
→ **POR LESIONES EN LA ZONA ABDOMINAL:**

Posición con las piernas flexionadas para aliviar la pared abdominal.



→ **POR INFARTO DE MIOCARDIO O ATEMNOT**

(persona consciente):
Posición con la parte superior del cuerpo elevada.





Medidas de emergencia:

Lesiones graves o accidentes

Shock

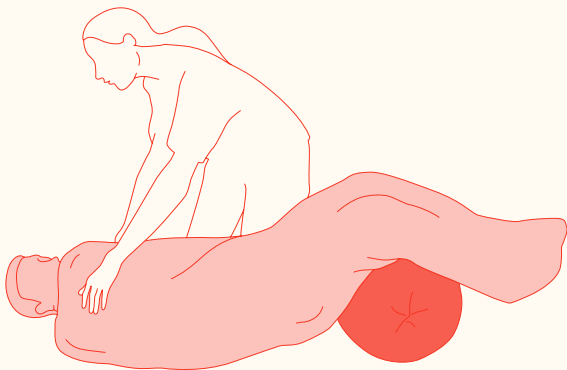
Posibles desencadenantes: dolor, estrés psicológico extremo, pérdida de sangre.

SÍNTOMAS:

- Piel fría y pálida
- Sudor en la frente
- Congelación y escalofríos
- Pulso débil

MEDIDAS

1. Mantener la calma.
2. Cubrir con manta de emergencia.
3. Detener la hemorragia (si existe).
4. Poner en posición de shock: elevar las piernas.
5. Vigile constantemente la consciencia y la respiración.



Llamada de
emergencia, ES

112

Marque el número de emergencia y cuide bien de la víctima hasta que lleguen los servicios de emergencia.

Fracturas óseas

SÍNTOMAS:

- A menudo dolor intenso
- Hinchazón y hematomas
- Adoptar una postura de alivio
- Pérdida de función de la parte del cuerpo afectada
- Movilidad limitada o posición anormal

MEDIDAS

1. Inmovilizar en la posición en la que se encuentra.
2. No mover el punto de rotura.
3. Si se sospecha que hay lesiones en la columna vertebral, no cambiar de posición (si es posible).
4. Cubrir las heridas abiertas con material para apósitos que no contenga gérmenes.
5. Mantener articulaciones frescas.



Llamada de
emergencia, ES

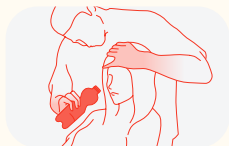
112

Busque tratamiento médico inmediatamente.

Quemaduras por productos químicos

SÍNTOMAS:

- Decoloración de la piel, por ejemplo, manchas blanquecinas o grises
- Dolor en la zona afectada
- Hinchazón o ampollas
- Destrucción o disolución de tejidos
- Ardor o picor



IMPORTANTE:

- **Actuar rápidamente y prestar primeros auxilios.**
- **Asegurarse la autoprotección utilizando guantes de protección y mascarilla.**
- **Avisar a los servicios de emergencia.**
- **No provocar el vómito.**

MEDIDAS

Piel

1. Quitarse la ropa corroída.
2. Aclarar la piel con abundante agua.
3. Tratar las heridas sin gérmenes.

Ojos

1. Aclarar abundantemente con agua.
2. Eliminar los sólidos mecánicamente. Si es necesario, limpiar con un paño húmedo.
3. Aplicar un apósito protector estéril.

En caso de ingesta

1. Enjuagar bien la boca varias veces.
2. Administrar agua a pequeños sorbos.

Quemaduras



- 1 ¡Apagar a la persona **inmediatamente!**



- 2 Quitar inmediatamente la ropa afectada.



10-15 min.

- 3 Enfriar las zonas afectadas con agua corriente hasta que desaparezca el dolor.



- 4 Cubrir las heridas sin gérmenes con apósito para quemaduras.



- 5 Proteger al afectado de la pérdida de calor (manta de rescate).

Accidentes por electrocución

SÍNTOMAS:

- Inconsciencia o somnolencia
- Parada respiratoria y cardiaca
- Quemaduras en los puntos de entrada y salida de la corriente
- Calambres musculares o parálisis
- Olor a quemado o rastros de quemado



PROTÉJASE

Antes de proceder al rescate, hay que asegurarse de que ya no haya tensión eléctrica.

MEDIDAS:



Para tensiones bajas hasta un máximo de 1000 voltios:

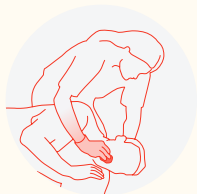
1. Desconectar la fuente de alimentación, por ejemplo, apagando el aparato o desenchufando el cable de alimentación.
2. Informar de "accidente eléctrico" mediante llamada de emergencia.

Para altas tensiones superiores a 1000 voltios y tensiones de corriente desconocidas:

1. Observar la autoprotección: Mantenga una distancia de 5 m de la víctima.
2. Informar de "accidente eléctrico" mediante llamada de emergencia.
3. Si es posible, desconectar la fuente de alimentación y desconectar de la corriente a la persona afectada.
Si no es posible desconectar la fuente de alimentación, se debe intentar desconectar a la persona afectada del circuito sin que se electrocute. Para ello se puede utilizar, por ejemplo, un objeto aislante como un palo de madera o un tubo de plástico.
4. Solicitar ayuda.



Medidas de primeros auxilios en caso de accidente eléctrico:
(sólo debe utilizarse después de interrumpir el flujo de corriente)



- 1** Controlar la consciencia y la respiración. Colocar a la persona inconsciente en posición de recuperación y mantener abiertas las vías respiratorias.
- 2** En caso de parada respiratoria y cardíaca, llevar a cabo medidas de reanimación inmediatas con masaje cardíaco y ventilación.
- 3** Tratar las heridas y quemaduras.
- 4** Observar y estabilizar a la persona afectada hasta la llegada del servicio de rescate.



purahelp 

Version: 25-03-2024