

CHARLA DE 5 MINUTOS # 56

PRIMEROS AUXILIOS



OBJETIVOS GENERALES

- 1.- Salvar la vida de la víctima.
- 2.- Activar el sistema de emergencias.
- 3.- Aplicar las técnicas básicas hasta la llegada de los sistemas de emergencia.
- 4.- No hacer más daño e impedir que empeoren las lesiones.

Para conseguir estos fines, debemos tener siempre en cuenta a la hora de actuar una serie de principios básicos. Asimismo, es aconsejable disponer de un buen botiquín de emergencia y saber cómo debemos actuar en cada caso.

EVALUAR LA SITUACIÓN ANTES DE ACTUAR

Se trata de la fase inicial de la asistencia. Debemos realizar una inspección del lugar del accidente reconociendo todas las situaciones que comporten un aumento del riesgo para los accidentados, para nosotros y para todas las personas que se puedan acercar en su auxilio.

Es en este período cuando se deben tomar las medidas de:

- 1.- Señalizar el accidente
- 2.- Reconocer y evitar en la medida de lo posible peligros que todavía estén presentes:
 - 2.1 Máquinas peligrosas.
 - 2.2 Corriente eléctrica.
 - 2.3 Escape de gases.
 - 2.4 Precipicios.
 - 2.5 Derrumbamientos.

En suma, todos aquellos actos necesarios para cumplir nuestro principal objetivo: **prevenir para que el accidente no sea más grave**. Es muy importante aceptar las limitaciones y no exponer en exceso la vida del que socorre.

ESTAR TRANQUILOS Y ACTUAR RÁPIDAMENTE

Sin prisas, pero sin pausa, es importante, con actitud serena y positiva, tranquilizar al herido.

El socorrista debe saber dirigir, organizar y coordinar a todos aquellas personas que se encuentran a su alrededor.

MANEJAR AL HERIDO CON MUCHO CUIDADO

En términos generales, a un accidentado no se le moviliza, salvo que exista un serio peligro para su vida o integridad física en caso de permanecer en el lugar del suceso. En ese caso, procederemos a manejarlo con extrema precaución y según los criterios y las formas básicas del traslado de heridos.

EXAMINAR BIEN AL HERIDO

•Una primera inspección: rápida, no más de 30 segundos, para detectar aquellas alteraciones que pongan en peligro las funciones vitales de la víctima como son:

- 1.- Consciencia.
- 2.- Respiración.
- 3.- Pulso.

•En una segunda inspección más detenida, empleando el tiempo suficiente, desde la cabeza hasta los pies, detectar la presencia de hemorragias, heridas, deformidad de extremidades, coloración de la piel, temperatura, etc.

HACER SÓLO LO INDISPENSABLE

Después de esta exploración hay que aplicar las técnicas de primeros auxilios en dependencia de la alteración detectada.

TRANQUILIZAR

El apoyo psicológico puede ser crucial en los primeros momentos después de un accidente o catástrofe.

EVACUAR AL HERIDO CONVENIENTEMENTE

En caso de necesidad se realizará de manera adecuada, o se preparará lo necesario para cuando llegue la ayuda especializada. El resumen de estas acciones se basa en:

- PREVENIR.
- AVISAR.
- SOCORRER.

CIERRE

Para la asistencia en primeros auxilios es conveniente que preparemos y tengamos a la mano un botiquín básico en el que se incluyan los útiles necesarios para hacer frente con garantías a todas las situaciones que se nos puedan plantear. ¡ **Prevenir para vivir** !

#CONSeguridad

ELABORADO POR EL INC. CÉSAR ARENAS