

MANUAL DE PRIMEROS AUXILIOS

SECUENCIA DE ATENCIÓN PARA PRIMEROS AUXILIOS:
Esquema básico de lo que debe hacerse en caso de emergencias para determinar el caso específico.



Evaluar el área del accidente:
¿Es segura? ¿Cuántas víctimas hay?
¿Estamos en condiciones de ayudar sin exponernos?



Activar el sistema médico de emergencias:
ambulancias, paramédicos, policía, bomberos, tránsito, y otros.



Evaluación inicial del paciente:
Valorar la conciencia. ¿Está despierto?
¿Habla? ¿Sus respuestas son coherentes?



Valoración de los signos vitales:
Evaluar su respiración y valorar el pulso.



¿Cómo tomar los signos vitales para primeros auxilios?



PULSO

Colocar los dedos (excluido el pulgar, ya que tiene pulso propio) sobre las arterias de la muñeca o el cuello del lesionado.

Preferentemente, auscultar las arterias carótidas (que están a ambos lados de la nuez de Adán) ya que, en caso de accidente, la sangre se redistribuye y no suele llegar a las venas de las muñecas.

Valores normales



Niños y bebés
100/120 y 140
latidos por minuto



Adultos
Entre 60-80
pulsaciones



RESPIRACIÓN

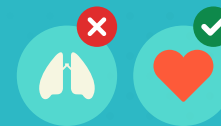
Acercar la mejilla u oreja a la nariz de la persona. Observar su tórax.

Frecuencia normal: 15 a 20 respiraciones por minuto.

¿Cómo actuar?



Si la víctima está inconsciente, pero respira y tiene pulso:
vigilar su respiración hasta que llegue la atención especializada.



Si no respira pero tiene pulso:
dar respiración de boca a boca con la protección debida.



Si no respira ni tiene pulso:
iniciar reanimación cardiopulmonar básica (RCP).

En caso de hemorragias intensas:
comprimir la zona durante, al menos, 10 minutos, con paños o gasas. Si el paño se empapa, no retirarlo, sino colocar otro encima.



Lo primero que hay que verificar en caso de accidente o enfermedad repentina, antes de aplicar los primeros auxilios, es que la víctima esté consciente, respire y tenga pulso.

EL BOTIQUÍN DE PRIMEROS AUXILIOS, SIEMPRE CERCA.

Debe estar en todo lugar de trabajo, vivienda o transporte.
Es indispensable que esté correctamente equipado, y que su contenido se mantenga en condiciones adecuadas.



Parches estériles
para ojos



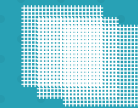
Termómetro



Alcohol al 70%



Guantes



Gasa estéril de
distintos tamaños



Almohadillas
estériles de gasa



Cinta adhesiva



Vendas elásticas



Jabón antiséptico



Algodón



Agua Oxigenada



Mascarilla o barbijo