



# Seguridad en 5 minutos

Servicios de Ingeniería en Seguridad e Higiene, S.A. de C.V.

55 poniente 906, Col. Prados Agua Azul Puebla, Pue. Mx. CP 72430

Tels. (222) 237-26-23 | 237-56-67

E-mail: [capacitacion@servinse.com](mailto:capacitacion@servinse.com) | [www.servinse.com](http://www.servinse.com)

## Cuidados de Emergencia

CUANDO HABLAMOS de la importancia de los primeros auxilios generalmente pensamos en las lesiones, pero hoy quiero que hablemos de las lesiones graves que pueden suceder aquí, en el trabajo... en nuestro departamento. Hablaremos del cuidado inmediato que se le debe dar a la víctima y de la necesidad de lograr atención médica sin demora. Primero pensemos por un momento en los peligros que pueden existir alrededor nuestro en el trabajo. Pensemos en alguna de las cosas que podría suceder mientras hacemos el trabajo.

Si alguien sufriera una lesión, ¿sabríamos qué hacer, tendríamos el equipo apropiado para hacerle frente a la emergencia y sabríamos cómo usarlo? ¿Podríamos reconocer una lesión seria y sabríamos qué es lo que hay que hacer para evitar que se empeore? En la mayoría de los casos la regla es: **"No hay que tratar al lesionado. Informar el accidente y pedir ayuda médica inmediatamente"**. **No hay que apresurarse a mover a la persona lesionada ya que un movimiento puede agravar la lesión.**

Hay algunos casos, por supuesto, en los cuales hay que actuar rápida e inmediatamente, por ejemplo, cuando hay una hemorragia seria. Una persona puede desangrarse en unos pocos minutos si se ha cortado una arteria o una vena mayor, sobre todo una arteria. Cuando se corta una vena la sangre fluye en forma pareja y es oscura, cuando se ha cortado una arteria la sangre sale a borbotones y es de un rojo brillante.

¿Qué es lo que se debe hacer en el caso de hemorragia? Hay que tratar de disminuirla o de detenerla y solicitar ayuda médica sin demora.

Lo primero que hay que hacer es controlar la hemorragia aplicando presión directa sobre la herida. Hacer una compresa grande con el material más limpio que se tenga disponible (gasa esterilizada del botiquín es lo mejor que se puede utilizar), colocarla directamente sobre la herida y mantenerla firmemente, aplicando presión con la mano hasta que se pueda aplicar un vendaje.

Si se nota que la hemorragia no se puede controlar con presión directa habrá que aplicar presión en el vaso sanguíneo lesionado, en un punto alejado de la herida, donde el flujo pueda ser controlado. Para controlar la hemorragia de una arteria hay seis puntos de presión a cada lado del cuerpo.

Otra condición seria que puede presentarse es la falta de respiración. Si no estamos seguros si la víctima está respirando o sí respira tan poco que se está poniendo morada, se le deberá dar respiración artificial inmediatamente. Es importante mantener oxígeno en la sangre ya sea mediante el método de respiración artificial boca a boca o el más antiguo del levantamiento de los brazos y presión en la espalda.

El ingerir venenos es un problema muy serio. En la mayoría de los casos lo mejor que se puede hacer es lograr ayuda médica inmediatamente. Es importante decirle al médico lo que la víctima ha tragado ya que el tratamiento para salvarle la vida dependerá del antídoto correcto. Si no se conoce el veneno lo mejor será darle al médico el envase sospechoso que pueda contener restos.

Otras lesiones que pueden ser graves son las quemaduras que abarcan una gran parte del cuerpo, lo que ocasiona bastante dolor y posiblemente estado de shock. Nuevamente lo mejor que se puede hacer es pedir ayuda médica sin demora después de cubrir el área con una venda esterilizada. Lo principal es evitar una infección y por eso se debe cubrir la quemadura con algo esterilizado y mantener a la víctima tranquila hasta que un médico pueda hacerse cargo del caso.

Una fractura generalmente no es una lesión tan urgente como las anteriores, sin embargo, deberá solicitarse ayuda médica lo más pronto posible. Mientras tanto lo mejor será no mover a la víctima si no es necesario y lograr que se sienta tan cómoda como sea posible.

***Un buen entrenamiento en primeros auxilios nos permitirá saber qué es lo que debemos hacer y lo que no tenemos que hacer en una emergencia.***

