

**Guía de primeros auxilios para trabajadores  
ante accidentes laborales  
(Tercera edición)**



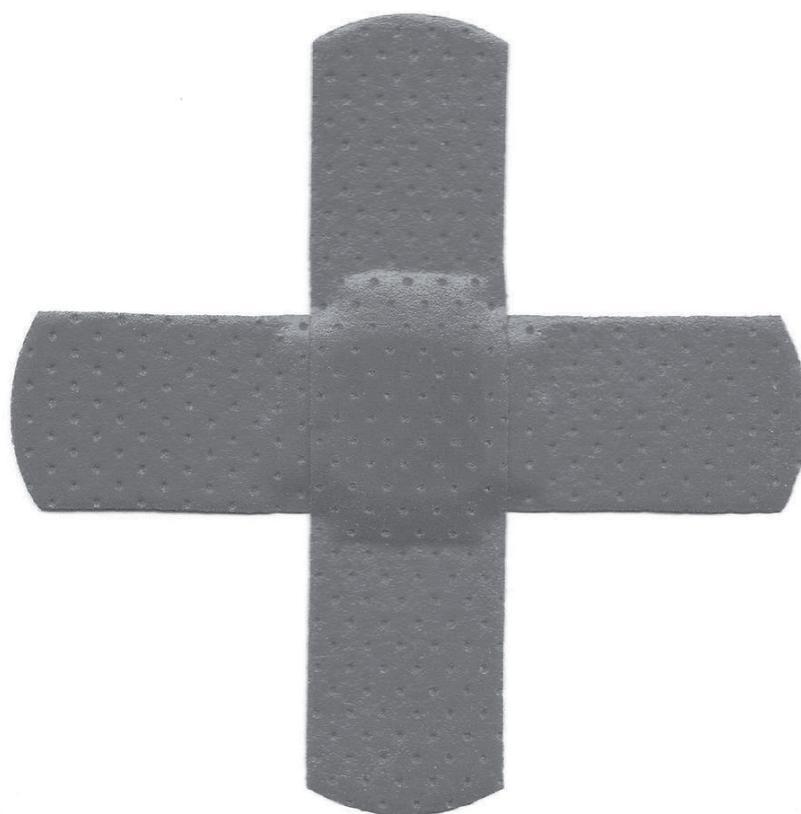
# PRIMEROS AUXILIOS

**Guía de primeros auxilios para trabajadores  
ante accidentes laborales (tercera edición)**

  
Escuela Nacional de  
Medicina del Trabajo

  
construcción  
y servicios





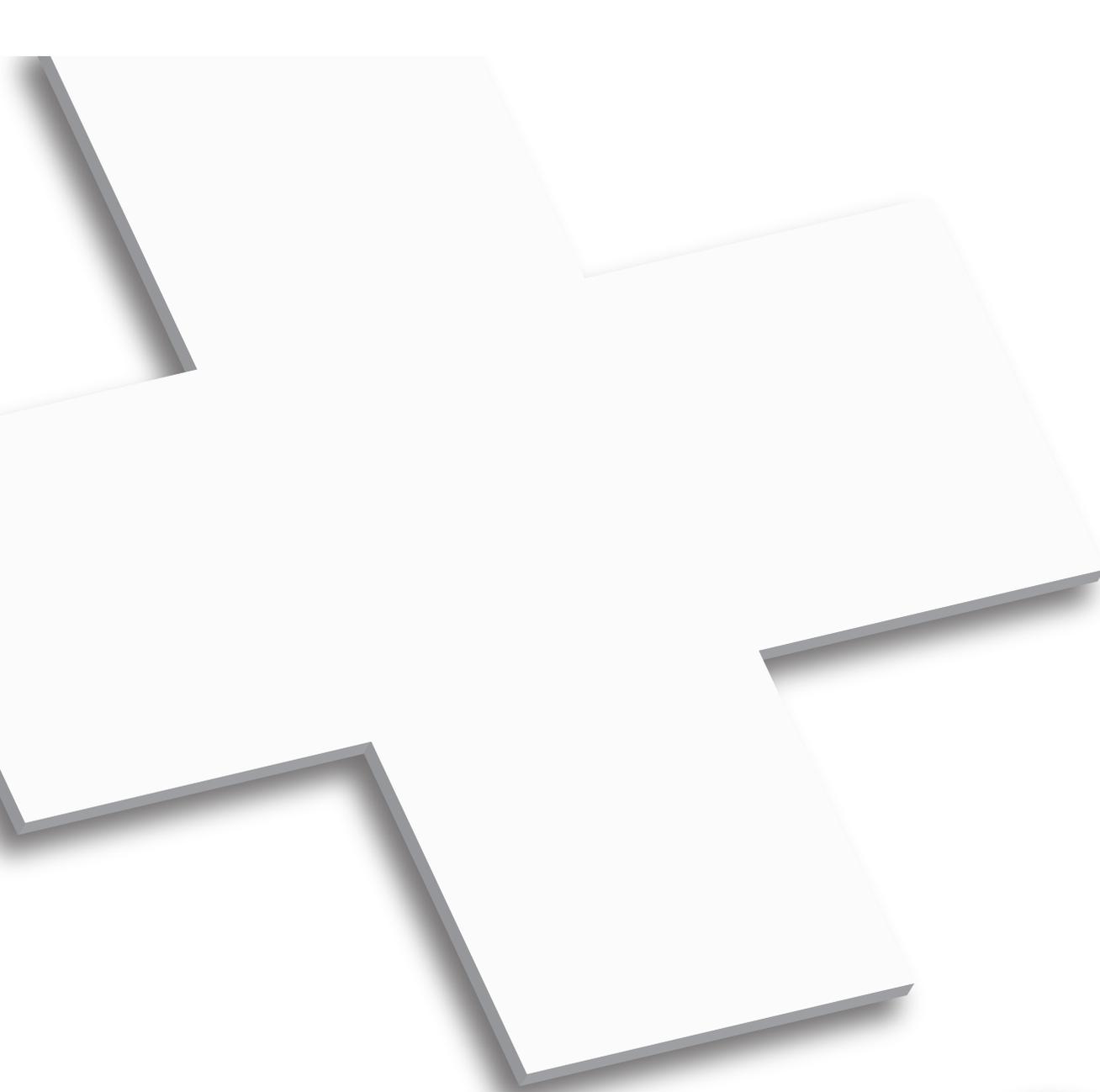
**Guía de primeros auxilios para trabajadores  
ante accidentes laborales  
(Tercera edición)**



Escuela Nacional de  
Medicina del Trabajo



**construcción  
y servicios**



# PRIMEROS AUXILIOS

**Guía de primeros auxilios para trabajadores  
ante accidentes laborales (tercera edición)**



Escuela Nacional de  
Medicina del Trabajo



Tercera edición enero 2017

D.L.:

Imprime: JTC - G. NETOR

**Derechos de Propiedad Intelectual e Industrial**

Todos los dibujos gráficos, imágenes fotográficas, pertenecen a CCOO de Construcción y Servicios y están protegidos por las normas nacionales o internacionales de propiedad intelectual e industrial.

Todos los dibujos gráficos, imágenes fotográficas, son propiedad de CCOO de Construcción y Servicios, no podrán ser objeto de ulterior modificación, copia, alteración, reproducción, adaptación o traducción por parte del Usuario o de terceros sin la expresa autorización por parte de CCOO de Construcción y Servicios, salvo que se indique lo contrario.

# RECONOCIMIENTOS

CCOO de Construcción y Servicios agradece la participación y el trabajo realizado al equipo que ha hecho posible la elaboración de esta guía.

- **Begoña Melero García**  
Máster de Urgencias, Emergencias y Catástrofes  
Máster en Prevención de Riesgos Laborales  
Especialista en Medicina de Familia y Comunitaria  
Médico de SUMMA 112
- **Jerónimo Maqueda Blasco.**  
Especialista en Medicina del Trabajo  
Máster en Salud Pública  
Director de la Escuela Nacional de Medicina del Trabajo- Instituto de Salud Carlos III
- **Rosa Ana Cortés Barragán**  
Especialista en Medicina del Trabajo  
Especialista en Medicina de Familia y Comunitaria  
Jefa de Estudios de Post- grado en Salud Laboral  
Escuela Nacional de Medicina del Trabajo - Instituto de Salud Carlos III



MINISTERIO  
DE CIENCIA  
E INNOVACIÓN



Instituto  
de Salud  
Carlos III

## **Dirección y coordinación:**

Secretaría de Salud Laboral y Medio Ambiente CCOO de Construcción y Servicios

CCOO de Construcción y Servicios

C/ Ramírez de Arellano, nº. 19, 2ª planta. 28043, Madrid.

Tel.: 915 409 216/Fax: 915 481 890



# INTRODUCCIÓN DE LA GUÍA

Esta guía es una herramienta de ayuda para atender en los primeros momentos a trabajadores accidentados hasta la llegada de los servicios de emergencia.

**NO APLIQUE** primeros auxilios sin haber seguido un periodo de aprendizaje y entrenamiento que le permita valorar correctamente los daños sufridos por el trabajador accidentado y aplicar los cuidados adecuados de la forma correcta.

**Recuerde que una actuación inadecuada puede tener graves consecuencias en el accidentado.**

La guía está compuesta por dos grupos de fichas, usted para valorar la situación debe consultar en primer lugar las **FICHAS DE ACCIDENTES** (fichas amarillas) de acuerdo a la forma de producirse el accidente (caída a distinta altura, cortes, golpes, etc.) Estas fichas, según el tipo de lesión y el tipo de actuación adecuada le conducirá a las **FICHAS DE INTERVENCIÓN** (fichas verdes) en las cuales se pautan las intervenciones y técnicas básicas en el cuidado del trabajador accidentado.

Cuando en una ficha aparezca el símbolo:



Preste especial atención a las instrucciones que la acompañan.





## ANTES DE EMPEZAR



### SOBRE LA ORGANIZACIÓN DE LOS CUIDADOS

No actúe de forma precipitada

La asistencia al accidentado debe dirigirse por una sola persona

Solicite la ayuda de otros compañeros

Evite las improvisaciones de otras personas

Los primeros auxilios sólo deben ser aplicados por personal entrenado

**Garantice siempre la llamada al 112 de forma inmediata**

Ante la llamada al 112 exponer lo más detalladamente posible la localización del herido, ubicación de la empresa, y facilitar la localización y el acceso a los servicios de emergencias

### SOBRE EL LUGAR DEL ACCIDENTE

Valore la situación para organizar el rescate y evitar peligros a terceros

Es vital para todos los intervinientes en el auxilio del compañero que antes de socorrer se suprima todo aquello que haya podido influir en el accidente, por ej: desconectar la luz, cerrar tuberías de gas, apagar llamas, abrir ventanas, etc.

Siempre hay que observar la escena, del accidente y la forma de como ocurrió así como recoger todos los datos que, más tarde, servirán de información a los servicios de emergencias. (Anotarlos si es preciso)

### SOBRE EL TRABAJADOR ACCIDENTADO

Sitúe al accidentado en un lugar o zona de la obra sin riesgos

Valore el estado vital (respiración)

Abrigue y tranquilice al accidentado

Garantice siempre la compañía del herido

Recoja los datos de filiación del accidentado

### BOTIQUÍN DE PRIMEROS AUXILIOS EN LA OBRA



Debe instalarse en número suficiente y en lugar de fácil acceso para todos los trabajadores y estar debidamente señalizado

- Debe ser portátil y fácil de trasladar al lugar del accidente
- Revisar periódicamente, sustituir los elementos sucios, caducados o dañados y reponer los elementos agotados

**Contenido mínimo:**  
**Instrumental básico**

- Tijeras
- Pinzas

**Material de curas**

- Algodón
- Gasas estériles
- Vendas de gasas varios tamaños (ancho de 5 a 10 cm)
- Esparadrapo hipoa-lérgico
- Tiritas de diferentes tamaños
- Guantes de látex

**Material auxiliar**

- Manta isotérmica
- Botella de suero fisiológico
- Antiséptico yodado
- Torniquete

**Otros**

- Férulas neumáticas para inmovilización: Bota, bota-pie, pierna completa, mano-muñeca, mano-codo y brazo completo
- Analgésico (spray, pomada)

<b>FICHAS DE ACCIDENTES</b>	
<b>FICHA 1</b>	<b>ACCIDENTES POR APLASTAMIENTO</b>
<b>FICHA 2</b>	<b>ACCIDENTES POR CAÍDAS DESDE ALTURA</b>
<b>FICHA 3</b>	<b>ACCIDENTES POR CONTACTOS ELÉCTRICOS</b>
<b>FICHA 4</b>	<b>ACCIDENTES POR EXPOSICIÓN AL SOL/CALOR</b>
<b>FICHA 5</b>	<b>ACCIDENTES POR EXPOSICIÓN A SUSTANCIAS QUÍMICAS</b>
<b>FICHA 6</b>	<b>ACCIDENTES CON AMPUTACIÓN</b>
<b>FICHA 7</b>	<b>ACCIDENTES POR PROYECCIÓN DE PARTÍCULAS</b>
<b>FICHA 8</b>	<b>ACCIDENTES POR ATRAGANTAMIENTO</b>
<b>FICHA 9</b>	<b>ACCIDENTES POR ESPACIOS CONFINADOS</b>
<b>FICHA 10</b>	<b>ACCIDENTES POR GOLPES O CORTES</b>
<b>FICHA 11</b>	<b>ACCIDENTES POR CAÍDA A MISMA ALTURA. TORCEDURAS Y LESIONES DE LAS ARTICULACIONES</b>
<b>FICHA 12</b>	<b>ACCIDENTES POR SOBRE-ESFUERZOS</b>
<b>FICHA 13</b>	<b>MORDEDURAS DE ANIMALES</b>
<b>FICHA 14</b>	<b>ALERGIAS</b>
<b>FICHA 15</b>	<b>PICADURAS</b>
<b>FICHA 16</b>	<b>ACCIDENTE POR INGESTIÓN DE PRODUCTOS TÓXICOS</b>
<b>FICHAS DE INTERVENCIÓN</b>	
<b>FICHA A</b>	<b>MOVER A UN ACCIDENTADO</b>
<b>FICHA B</b>	<b>REANIMACIÓN CARDIO-PULMONAR</b>
<b>FICHA C</b>	<b>POSICIÓN LATERAL DE SEGURIDAD</b>
<b>FICHA D</b>	<b>INTERVENCIÓN ANTE HEMORRAGIAS</b>
<b>FICHA E</b>	<b>INTERVENCIÓN ANTE TRAUMATISMO TORÁCICO</b>
<b>FICHA F</b>	<b>INTERVENCIÓN ANTE FRACTURAS</b>
<b>FICHA G</b>	<b>INTERVENCIÓN ANTE HERIDAS</b>
<b>FICHA H</b>	<b>INTERVENCIÓN ANTE CONVULSIONES</b>



# ACCIDENTE POR APLASTAMIENTO I

## CONSEJOS GENERALES

### LLAMAR AL 112

Liberar la zona afectada por el aplastamiento lo antes posible

No dar de comer ni de beber

Mantener la temperatura del accidentado cubriéndole con ropa de abrigo



Si el aplastamiento dura más de 10 minutos



No liberar la zona afectada

!!!Existe riesgo para la vida por liberación de sustancias tóxicas!!!

En caso de riesgo inmediato para la vida que obligue a mover al accidentado (riesgo de derrumbe, riesgo de explosión, etc...)

Actuar con máxima precaución  
!!!Puede causar lesiones de cuello, cabeza o columna!!!



Ficha A

Mover a un accidentado

## ESTÁ INCONSCIENTE

¿QUÉ EVALUAR?	¿QUÉ PODEMOS ENCONTRAR?	¿QUÉ HACER?
Observe la respiración	<p>No respira</p>	<p>Maniobra de reanimación cardio pulmonar (Ficha B)</p> <p>En caso de haber sufrido golpes fuertes en el cuello:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Elevar la mandíbula</li> <li>• Insuflar aire dos veces</li> </ul>
	Respira	<p> Primero descartar posible lesión de espalda o de cuello</p> <p>Poner en postura lateral de seguridad (Ficha C)</p>

## ESTÁ CONSCIENTE

¿QUÉ EVALUAR?	¿QUÉ PODEMOS ENCONTRAR?	¿QUÉ HACER?
<b>Golpes en vientre o abdomen</b>	<p>Dolor y dureza del vientre Palidez de piel</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>No dar de beber</b></li> <li>• <b>Abrigar al accidentado</b></li> <li>• <b>Vigilar si pierde el conocimiento</b></li> <li>• Acostar al herido sobre la espalda con las piernas flexionadas o con cojines debajo de las rodillas</li> </ul> 
	 <p>Si hay vísceras que se salen</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• No intentar meterlas de nuevo</li> <li>• No dar de beber</li> </ul>
	 <p>Si hay un objeto clavado</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>NO</b> quitar un objeto clavado</li> <li>• <b>NO</b> limpiar la herida con manos, trapos, pañuelos sucios</li> <li>• <b>NO</b> poner algodón ni pañuelos de papel</li> <li>• <b>NO</b> lavar con alcohol</li> <li>• <b>NO</b> aplicar pomadas ni ungüentos</li> <li>• <b>NO</b> hurgar en la herida</li> </ul>
<b>Golpes en pecho o tórax</b>	<p>Dolor agudo que aumenta con los movimientos respiratorios o con la tos</p>	 <p>En accidentes de fuerte impacto sospechar una posible lesión de columna</p>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>NO</b> mover al accidentado</li> <li>• <b>NO</b> sentarlo</li> <li>• <b>VIGILAR</b> si tiene pérdida de conocimiento</li> </ul> 
	 <p>Heridas</p>	<p>Colocar un apósito encima de la herida pegado por tres lados y dejando uno libre para que sirva de válvula de escape (Ficha 2)</p> 

# ACCIDENTE POR APLASTAMIENTO II

Fl.1

¿QUÉ EVALUAR?	¿QUÉ PODEMOS ENCONTRAR?	¿QUÉ HACER?
<p><b>Hemorragia</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Presión firme y directa sobre la herida usando gasas o paños limpios hasta que deje de sangrar</b></li> <li>• <b>NO</b> quitar las gasas o paños, cuando estén empapados, ir añadiendo otros encima</li> <li>• Si la hemorragia se ha producido en brazo o pierna debe elevarse al mismo tiempo el miembro afectado</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>(Ficha D)</b></p>	
<p><b>Golpes en la cabeza, cuello o espalda</b></p>	<p><b>Cráneo/cuello</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dolor de cabeza</li> <li>• Salida de líquido claro por nariz u oído</li> <li>• Vómitos</li> <li>• Sueño</li> <li>• Agitación</li> <li>• Pérdida de conocimiento</li> <li>• Convulsión</li> </ul> <hr/> <p><b>Columna</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Posición anormal de cuello o espalda</li> <li>• Dolor en la espalda</li> <li>• Imposibilidad de mover brazos o piernas</li> </ul>	<p><b>No mover (impedir que mueva la cabeza)</b>  <b>Riesgo de producir lesiones graves y permanentes</b></p> <p><b>No quitar el casco</b>  <b>Cubrir con ropa de abrigo</b>                      En caso de tener que movilizar al accidentado realizarlo con extremo cuidado  <b>(Ficha A)</b></p>



# ACCIDENTE POR CAÍDA DESDE ALTURA I

## CONSEJOS GENERALES

No mover al trabajador accidentado

**LLAMAR AL 112**

Cubrir al accidentado con ropa de abrigo



En caso de riesgo inmediato para la vida que obligue a mover al accidentado (riesgo de derrumbe, riesgo de explosión, etc...)



Actuar con máxima precaución puede causar lesiones de cuello, cabeza o columna



**Ficha A**  
Mover a un accidentado

FI.2

## ESTÁ INCONSCIENTE

¿QUÉ EVALUAR?	¿QUÉ PODEMOS ENCONTRAR?	¿QUÉ HACER?
Observe la respiración	<p>No respira</p>	<p>Maniobra de reanimación cardio pulmonar (Ficha B)</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div> <p>No hacer esta maniobra en caso de haber sufrido golpes fuertes en el cuello</p>
	Respira	<p> Primero descartar posible lesión de espalda o de cuello</p> <p>Poner en postura lateral de seguridad (Ficha C)</p> 

## ESTÁ CONSCIENTE

¿QUÉ EVALUAR?	¿QUÉ PODEMOS ENCONTRAR?	¿QUÉ HACER?
<b>Hemorragia</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Presión firme y directa sobre la herida usando gasas o paños limpios hasta que deje de sangrar</b></li> <li>• NO quitar las gasas o paños, cuando estén empapados, ir añadiendo otros encima</li> <li>• Si la hemorragia se ha producido en brazo o pierna debe elevarse al mismo tiempo el miembro afectado <b>(Ficha D)</b></li> </ul>	
	 <b>Sangra por nariz/oídos</b> Aparece un pequeño hilo de sangre por la nariz o el oído	<b>NO MOVER</b>  Podría estar indicando una fractura de cráneo
<b>Golpes en la cabeza, cuello o espalda</b>	<b>Cráneo/cuello</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dolor de cabeza</li> <li>• Salida de líquido claro por nariz u oído</li> <li>• Vómitos</li> <li>• Sueño</li> <li>• Agitación</li> <li>• Pérdida de conocimiento</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>NO mover (impedir que mueva la cabeza)</b> <b>Riesgo de producir lesiones graves y permanentes</b></li> <li>• <b>NO quitar el casco</b></li> <li>• <b>Cubrir con ropa de abrigo</b></li> </ul> En caso de tener que movilizar al accidentado realizarlo con extremo cuidado <b>(Ficha A)</b>
	<b>Columna</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Posición anormal de cuello o espalda</li> <li>• Dolor en la espalda</li> <li>• Imposibilidad de mover brazos o piernas</li> </ul>	

# ACCIDENTE POR CAÍDA DESDE ALTURA II

FI.2

ESTÁ CONSCIENTE		
¿QUÉ EVALUAR?	¿QUÉ PODEMOS ENCONTRAR?	¿QUÉ HACER?
Golpes en pecho o tórax	Dolor agudo que aumenta con los movimientos respiratorios o con la tos	<p>En accidentes de fuerte impacto sospechar una posible lesión de columna</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• NO mover al accidentado</li> <li>• NO sentarlo</li> <li>• Vigilar si tiene pérdidas de conocimiento</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Desabrochar la ropa que dificulte la respiración</li> <li>• Colocar al accidentado semisentado o acostado sobre el lado lesionado, <b>NO</b> en caso de sospecha de lesiones de espalda</li> <li>• Indicar que realice una respiración abdominal</li> <li>• Cubrir con ropa de abrigo</li> </ul> 
	<p> <b>Heridas</b></p>	<p>Colocar un apósito encima de la herida pegado por tres lados y dejando uno libre para que sirva de válvula de escape (Ficha E)</p> 
Golpes en vientre o abdomen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dolor y dureza del vientre</li> <li>• Palidez de piel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• No dar de beber</li> <li>• Vigilar si pierde el conocimiento</li> <li>• Abrigar al accidentado</li> <li>• Acostar al herido sobre la espalda con las piernas flexionadas o con cojines debajo de las rodillas</li> </ul> 
	<p> Si hay vísceras que se salen</p>	<p>No intentar meterlas de nuevo</p> <p>Cubrir las vísceras con un paño seco y limpio</p>
	<p> Si hay un objeto clavado</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• NO quitar un objeto clavado</li> <li>• NO limpiar la herida con manos, trapos, pañuelos sucios</li> <li>• NO poner algodón ni pañuelos de papel</li> <li>• NO lavar con alcohol</li> <li>• NO aplicar pomadas ni ungüentos</li> <li>• NO hurgar en la herida</li> </ul>

## ESTÁ CONSCIENTE

¿QUÉ EVALUAR?	¿QUÉ PODEMOS ENCONTRAR?	¿QUÉ HACER?
<b>Golpes en brazos o piernas</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Dolor e hinchazón</li><li>• Deformación</li><li>• Dificultad para el movimiento</li><li>• Calor o enrojecimiento</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Aplicar</b> hielo local, no directo, envuelto en un paño</li><li>• <b>Cubrir</b> al accidentado con ropa de abrigo</li><li>• <b>NO</b> mover la parte afectada</li><li>• <b>NO</b> tratar de colocar el hueso roto en su posición normal</li><li>• <b>NO</b> vendar o atar con fuerza</li></ul> <p>(Ficha F)</p>

# ACCIDENTE POR CONTACTOS ELÉCTRICOS

## CONSEJOS GENERALES



**Llamar al 112**  
**Rescate al accidentado de forma segura**

**Interrumpir el paso de la corriente a la víctima**  
 (desconectar aparato, enchufes, generadores, etc.)

**Si no fuera posible, con calzado y guantes de goma o subidos a una superficie de madera tratar de separar a la víctima de la fuente mediante un objeto de madera, cartón o plástico**



**No tocar a la víctima con las manos. Tener presente que el electrocutado es un conductor eléctrico mientras a través de él pase la corriente**

## ESTÁ INCONSCIENTE

¿QUÉ EVALUAR?	¿QUÉ PODEMOS ENCONTRAR?	¿QUÉ HACER?
Observe la respiración	 <b>No respira</b>	<b>Maniobra de reanimación cardio pulmonar (Ficha B)</b>  En caso de haber sufrido golpes fuertes en el cuello: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Elevar la mandíbula</li> <li>• Insuflar aire dos veces</li> </ul>
	<b>Respira</b>	 <b>Primero descartar posible lesión de espalda o de cuello</b> <b>Poner en postura lateral de seguridad (Ficha C)</b> 

## ESTÁ CONSCIENTE

¿QUÉ EVALUAR?	¿QUÉ PODEMOS ENCONTRAR?	¿QUÉ HACER?
<b>Quemaduras eléctricas</b>	<p>Se produce una lesión de entrada, una lesión interna y una lesión de salida</p> <p>Según la intensidad de la corriente podemos encontrar la piel:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Enrojecida</li><li>• Vesículas o ampollas</li><li>• Piel ennegrecida</li></ul> <div style="text-align: center;"><p><b>La apariencia externa no representa la gravedad de posibles lesiones internas</b></p></div>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Envolver la zona o a la persona, si las quemaduras son muy extensas, con una sábana seca</li><li>• <b>NO</b> retirar la ropa pegada a la piel muerta</li><li>• <b>NO</b> tocar la zona quemada</li><li>• <b>NO</b> sumergir en agua fría</li><li>• <b>NO</b> aplicar pomadas, ni hielo, ni medicamentos, ni cremas, ni cualquier otro remedio casero en las quemaduras graves</li><li>• <b>VIGILAR</b> el pulso y la posible pérdida de conocimiento</li></ul>

# ACCIDENTE POR EXPOSICIÓN AL SOL/CALOR INSOLACIÓN/QUEMADURAS

## CONSEJOS GENERALES

### Señales de alerta

- Sudoración excesiva
- Piel enrojecida y seca
- Dolor de cabeza
- Mareo, confusión
- Vómitos



### Actuar rápidamente

- Trasladar a la víctima a un lugar con sombra y fresco
- Dar a beber agua a temperatura ambiente periódicamente



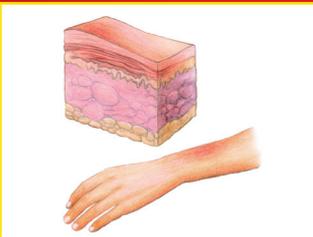
**En caso de que no se recupere o pierda el conocimiento, llamar al 112**

Fi. 4

## ESTÁ INCONSCIENTE

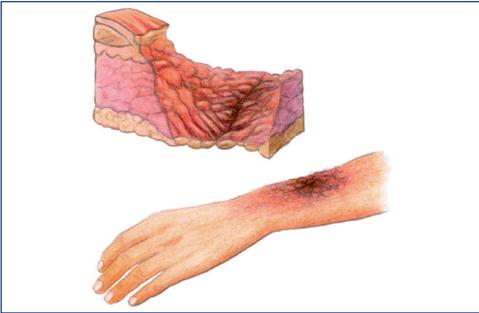
¿QUÉ EVALUAR?	¿QUÉ PODEMOS ENCONTRAR?	¿QUÉ HACER?
Observe la respiración	<p>No respira</p>	<p>Maniobra de reanimación cardio pulmonar (Ficha B)</p>
	Respira	<p>Poner en postura lateral de seguridad (Ficha C)</p>

## ESTÁ CONSCIENTE

¿QUÉ EVALUAR?	¿QUÉ PODEMOS ENCONTRAR?	¿QUÉ HACER?
<b>Insolación</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sudoración excesiva al principio y posteriormente falta de sudoración</li> <li>Piel enrojecida y seca</li> <li>Fiebre superior a 39° C</li> <li>Dolor de cabeza</li> <li>Mareo, confusión mental y desorientación</li> <li>Vómitos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Trasladar a la víctima a un lugar con sombra y fresco</li> <li>Acostarle boca arriba con los pies elevados</li> <li>Quitar la ropa</li> <li>Abanicar</li> <li>Dar a beber agua a temperatura ambiente periódicamente</li> <li><b>NO</b> dar nunca agua helada</li> <li><b>NO</b> dar bebidas alcohólicas</li> <li><b>NO</b> dar de beber si la persona está inconsciente o confusa</li> </ul>
<b>Quemaduras primer grado</b>	 <p style="text-align: center;">Enrojecimiento de la piel</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Refrescar la quemadura con agua fría durante 10 minutos</li> <li>2. Cubrir con compresas frías</li> <li>3. Secar y cubrir con un apósito seco</li> <li>4. Se deben beber abundantes líquidos</li> </ol>
<b>Quemaduras segundo grado</b>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>Enrojecimiento</li> <li>Ampollas</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Lavar la zona con agua fría 10-15 min.</li> <li>2. Si la ampolla está cerrada: cubrir con una gasa <b>húmeda</b></li> <li>3. Si la ampolla está abierta: lavar con agua y tapar con una gasa</li> </ol>



**ESTÁ CONSCIENTE**

¿QUÉ EVALUAR?	¿QUÉ PODEMOS ENCONTRAR?	¿QUÉ HACER?
<p><b>Quemaduras tercer grado</b></p>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>• Piel carbonizada o de color del nácar</li> <li>• Ampollas</li> </ul>	 <p><b>Envolver la quemadura con una gasa o tela limpia y seca</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• NO retirar la ropa pegada a la piel muerta</li> <li>• NO tocar la piel muerta</li> <li>• NO sumergir en agua fría</li> <li>• NO aplicar pomadas ni hielo, ni medicamentos, ni cremas, ni cualquier otro remedio casero en las quemaduras graves</li> </ul>
 <p><b>En caso de quemaduras muy extensas</b></p>	<p><b>Envolver al trabajador con una sábana o tela limpia</b></p>	

Fl. 4



# ACCIDENTE POR EXPOSICIÓN A SUSTANCIAS QUÍMICAS I

## CONSEJOS GENERALES

- **Conocer cuanto antes la sustancia química** que ha ocasionado el accidente (ver etiqueta y ficha de datos de seguridad)
- **Localizar la ficha de seguridad** donde se indica los peligros en caso de accidente y los primeros auxilios

Las sustancias químicas pueden causar daños serios, no solamente por contacto con la piel, sino también en los pulmones por la respiración y en órganos como hígado y riñones



Esté atento a los pictogramas en los etiquetados de sustancias químicas que pueden producir efectos tóxicos, causticos, nocivos, irritantes

Revisar en el etiquetado las frases "H" de efectos específicos

- H300: Mortal en caso de ingestión
- H301: Tóxico en caso de ingestión
- H302: Nocivo en caso de ingestión
- H304: Puede ser mortal en caso de ingestión y penetración en las vías respiratorias
- H310: Mortal en contacto con la piel
- H311: Tóxico en contacto con la piel
- H312: Nocivo en contacto con la piel
- H314: Provoca quemaduras graves en la piel y lesiones oculares graves
- H315: Provoca irritación cutánea
- H317: Puede provocar una reacción alérgica en la piel

- H318: Provoca lesiones oculares graves
- H319: Provoca irritación ocular grave
- H330: Mortal en caso de inhalación
- H331: Tóxico en caso de inhalación
- H332: Nocivo en caso de inhalación
- H334: Puede provocar síntomas de alergia o asma o dificultades respiratorias en caso de inhalación
- H335: Puede irritar las vías respiratorias
- H336: Puede provocar somnolencia o vértigo
- H340: Puede provocar defectos genéticos.

- H341: Se sospecha que provoca defectos genéticos
- H350: Puede provocar cáncer
- H351: Se sospecha que provoca cáncer
- H360: Puede perjudicar la fertilidad o dañar al feto
- H361: Se sospecha que perjudica la fertilidad o daña al feto
- H370: Provoca daños en los órganos
- H371: Puede provocar daños en los órganos
- H372: Provoca daños en los órganos tras exposiciones prolongadas o repetidas
- H373: Provoca daños en los órganos tras exposiciones prolongadas o repetidas



**En caso de vertido/  
escape/derramamiento  
en local cerrado**

**Llamar al 112**

**Iniciar el rescate sólo cuando se disponga  
de una protección adecuada**



**Máscara autofiltrante con adaptación facial**



**Equipo de protección respiratoria aislante**

**Tener en cuenta que el herido estará siempre contaminado  
Descontaminar al trabajador retirando ropa  
y duchando con agua**

**ESTÁ INCONSCIENTE**

¿QUÉ EVALUAR?	¿QUÉ PODEMOS ENCONTRAR?	¿QUÉ HACER?
Observe la respiración	 No respira	<b>Maniobras de reanimación cardio pulmonar (Ficha B)</b> 
	Respira	<b>Poner en postura lateral de seguridad (Ficha C)</b> 

# ACCIDENTE POR EXPOSICIÓN A SUSTANCIAS QUÍMICAS II

ESTÁ CONSCIENTE		
¿QUÉ EVALUAR?	¿QUÉ PODEMOS ENCONTRAR?	¿QUÉ HACER?
<b>Inestabilidad o mareo</b>	<b>Síntomas:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Estado de confusión (atontamiento)</li> <li>• Piel fría, sudorosa y pálida</li> <li>• Labios y uñas azulados</li> <li>• Respiración débil</li> <li>• Náuseas o vómitos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mantenga a la víctima recostada con los pies elevados y la cabeza más baja que los hombros</li> <li>• Observar permanentemente si vomita o pierde el conocimiento</li> </ul>
		  <p>Mantenga las vías respiratorias abiertas</p>
<b>Salpicaduras en ojos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Picor, escozor o dolor</li> <li>• Enrojecimiento</li> <li>• Ojo lloroso</li> <li>• Parpadeo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lavar los ojos y los párpados con abundante agua durante un mínimo de 30 minutos</li> <li>• Asegurarse de lavar desde el borde cercano a la nariz hacia el borde exterior del ojo, ello evitará que los productos químicos arrastrados por el lavado vuelvan a entrar el ojo o en el otro ojo no afectado</li> <li>• No tapar</li> </ul> 

FIG. 5

## ESTÁ CONSCIENTE

¿QUÉ EVALUAR?	¿QUÉ PODEMOS ENCONTRAR?	¿QUÉ HACER?
<b>Salpicaduras en la piel</b>	<b>Irritación</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Retirar todos los objetos y prendas que estén mojados por el producto tóxico</li> <li>• Lavado de la piel inmediatamente con abundante agua (20-30 minutos)</li> <li>• No aplicar ungüentos ni remedios caseros sobre la piel afectada</li> <li>• Cubrir la piel afectada con paños o gasas limpias</li> </ul>
	 <b>Quemadura Química</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Retirar todos los objetos y prendas que estén mojados por el producto tóxico</li> <li>• Si la ropa se encuentra pegada a la piel no intentar desprenderla, <b>recortar</b></li> <li>• <b>En caso de que la quemadura sea pequeña</b>, lavar la piel inmediatamente con abundante agua (20-30 minutos)</li> <li>• Secar y cubrir con un apósito seco</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>NO tocar</b></p> <p style="text-align: center;"><b>En caso de ampollas evitar que se rompan</b></p>

# ACCIDENTE POR AMPUTACIÓN

## CONSEJOS GENERALES

**LLAMAR AL 112**

Permanezca al lado de la víctima en todo momento

## ESTÁ CONSCIENTE

¿QUÉ EVALUAR?	¿QUÉ PODEMOS ENCONTRAR?	¿QUÉ HACER?
Gravedad de la hemorragia	Sangrado muy intenso	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Presionar fuértemente</b> el miembro amputado</li> <li>• <b>Tapar la herida</b> con gasas o paños limpios</li> <li>• <b>NO</b> quitar las gasas o paños, cuando estén empapados, ir añadiendo otros encima</li> <li>• Si la hemorragia se ha producido en brazo o pierna debe elevarse al mismo tiempo el miembro afectado</li> </ul>
	 <b>La parte del miembro amputado</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>No sumergir la parte amputada en agua</b></li> <li>• <b>No lavar</b></li> </ul> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Envolver el miembro con gasas estériles o paños limpios y secos (<b>NO humedecer</b>) e introducirlo en una bolsa de plástico</li> <li>2. Introducir la bolsa en otra bolsa que contenga hielo</li> <li>3. <b>Esperar la llegada del personal de emergencia</b></li> </ol>

Fl. 6

## ESTÁ INCONSCIENTE

¿QUÉ EVALUAR?

¿QUÉ PODEMOS ENCONTRAR?

¿QUÉ HACER?

Observe  
la respiración



No respira

Maniobra de reanimación  
cardio pulmonar (Ficha B)



Respira

Poner en postura lateral de seguridad  
(Ficha C)



# ACCIDENTE POR PROYECCIÓN DE PARTÍCULAS I

## CONSEJOS GENERALES



Llamar al 112

En caso de enclavamiento del objeto en el cuerpo, **NO intentar extraer.**  
Evitar que el objeto se mueva

¿QUÉ EVALUAR?	¿QUÉ PODEMOS ENCONTRAR?	¿QUÉ HACER?
Proyección partículas en ojo	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dolor</li> <li>• Lagrimeo</li> <li>• Enrojecimiento</li> <li>• Sensación de arenilla</li> </ul>	 No frotar los párpados
	Si el objeto <b>NO</b> está enclavado	Lavar a chorro con agua o suero fisiológico 
	 <b>Objeto enclavado</b>	<b>No extraer</b> <b>No tapar los ojos</b>
Tórax	Dolor agudo que aumenta con los movimientos respiratorios o con la tos	 <ul style="list-style-type: none"> <li>• En accidentes de fuerte impacto sospechar una posible lesión de columna</li> <li>• <b>NO</b> mover al accidentado</li> <li>• <b>NO</b> sentarlo</li> <li>• Vigilar si tiene pérdida de conocimiento</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desabrochar la ropa que dificulte la respiración</li> <li>• Colocar al accidentado semisentado o acostado sobre el lado lesionado <b>NO</b> en caso de sospecha de lesiones de espalda</li> <li>• Indicar que realice una respiración abdominal</li> <li>• Cubrir con ropa de abrigo</li> </ul> 
	 <b>Objeto enclavado</b>	<b>No extraer</b> <b>Evitar que el objeto se mueva</b>

Fi. 7

¿QUÉ EVALUAR?	¿QUÉ PODEMOS ENCONTRAR?	¿QUÉ HACER?
<b>Vientre o abdomen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dolor y dureza del vientre</li> <li>• Palidez de piel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>NO</b> dar de beber</li> <li>• <b>Abrigar al accidentado</b></li> <li>• Acostar al herido sobre la espalda con las piernas flexionadas o con cojines debajo de las rodillas</li> </ul> 
	 <p><b>Si hay vísceras que salen</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>No</b> intentar meterlas de nuevo</li> <li>• <b>No</b> dar de beber</li> <li>• Cubrir las vísceras que sobresalen con un paño limpio y seco</li> </ul>
	 <p><b>Si hay un objeto clavado (Ficha G)</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>NO</b> quitar un objeto clavado</li> <li>• <b>NO</b> limpiar la herida con manos, trapos, pañuelos, sucios</li> <li>• <b>NO</b> poner algodón ni pañuelos de papel</li> <li>• <b>NO</b> lavar con alcohol</li> <li>• <b>NO</b> aplicar, pomadas, ni ungüentos</li> <li>• <b>NO</b> hurgar en la herida</li> </ul>
<b>Brazos o piernas</b>	<p><b>Existencia de fracturas</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dolor e hinchazón</li> <li>• Deformación</li> <li>• Dificultad para el movimiento</li> <li>• Calor o enrojecimiento</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Evitar movimientos de la zona fracturada</b></li> <li>• <b>Aplicar</b> hielo local, no directo, envuelto en un paño</li> <li>• <b>NO</b> intentar recolocar el hueso roto</li> <li>• <b>NO</b> intentar reducir la fractura (Ficha F)</li> <li>• <b>En caso de hemorragia presionar con una gasa o trapo limpio (Ficha D y G)</b></li> </ul>
	 <p><b>Si hay un objeto clavado (Ficha G)</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>NO</b> quitar un objeto clavado</li> <li>• <b>NO</b> limpiar la herida con manos, trapos, pañuelos, sucios</li> <li>• <b>NO</b> poner algodón ni pañuelos de papel</li> <li>• <b>NO</b> lavar con alcohol</li> <li>• <b>NO</b> aplicar, pomadas, ni ungüentos</li> <li>• <b>NO</b> hurgar en la herida</li> </ul>

# ACCIDENTE POR PROYECCIÓN DE PARTÍCULAS II

¿QUÉ EVALUAR?	¿QUÉ PODEMOS ENCONTRAR?	¿QUÉ HACER?
<b>Golpes en cabeza, cuello o espalda</b>	<b>Cráneo/cuello</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dolor de cabeza</li> <li>• Salida de líquido claro o sangre por nariz u oído</li> <li>• Vómitos</li> <li>• Sueño</li> <li>• Pérdida de conocimiento</li> <li>• Convulsión</li> </ul>	<p><b>NO mover</b> (impedir que mueva la cabeza) <b>Riesgo de producir lesiones graves y permanentes</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>NO</b> quitar el casco</li> <li>• Cubrir con ropa de abrigo</li> <li>• En caso de tener que movilizar al accidentado realizarlo con extremo cuidado (<b>Ficha A</b>)</li> </ul>
	<b>Columna</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Posición anormal de cuello o espalda</li> <li>• Dolor en la espalda</li> <li>• Imposibilidad de mover brazos o piernas</li> </ul>	
<b>Inestabilidad o mareo</b>	<b>Síntomas</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Estado de confusión (atontamiento)</li> <li>• Piel fría, sudorosa y pálida</li> <li>• Labios y uñas azulados</li> <li>• Respiración débil</li> <li>• Náuseas o vómitos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mantenga, a la víctima recostada con los pies elevados y la cabeza más baja que los hombros</li> <li>• Observar permanentemente si vomita o pierde el conocimiento</li> </ul>
		<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  </div> <div style="text-align: center;">  <p>Mantenga las vías respiratorias abiertas</p> </div> </div>

Fi. 7



# ACCIDENTE POR ATRAGANTAMIENTO

## CONSEJOS GENERALES

Aflojar la ropa alrededor del cuello y cintura

Abrir la boca y liberar de aquello que la obstruya



### En caso de signos de asfixia:

- Tos
- Dificultad para hablar y respirar
- Mano de forma instintiva en garganta
- Expresión de la cara de angustia
- Coloración azulada de piel y mucosas
- Mareos

Llamar al 112



Fig. 8

## ESTÁ INCONSCIENTE

¿QUÉ EVALUAR?	¿QUÉ PODEMOS ENCONTRAR?	¿QUÉ HACER?
<p>Observar respiración</p>	<p> No respira</p>	<p><b>Maniobra de reanimación cardio pulmonar (Ficha B)</b></p> 

## ESTÁ CONSCIENTE

¿QUÉ EVALUAR?	¿QUÉ PODEMOS ENCONTRAR?	¿QUÉ HACER?
<b>Observar respiración</b>	Si emite ruido al respirar	<b>Hacerle toser con fuerza hasta eliminar el cuerpo extraño de la garganta</b>
	 <b>No emite ruido</b>	<b>Realizar rápidamente la maniobra de Heimlich</b>
	Maniobra de Heimlich  Si la persona pierde el conocimiento, iniciar reanimación cardio-pulmonar	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Situarse detrás</li> <li>2. Colocar los brazos alrededor de su cintura con el pulgar de un puño hacia adentro, justo por encima del ombligo y por debajo de la punta del esternón</li> <li>3. Con la otra mano agarrar el puño firmemente</li> <li>4. <b>Presionar fuertemente hacia adentro y hacia arriba del estómago</b></li> <li>5. Seguir realizando la maniobra hasta que surja la tos espontáneamente</li> </ol> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;">   </div>

# ACCIDENTE EN ESPACIOS CONFINADOS

## CONSEJOS GENERALES

### LLAMAR AL 112

Antes de iniciar el rescate evaluar el riesgo de explosión, falta de oxígeno y toxicidad del ambiente interior

Medir la concentración de oxígeno con equipos portátiles



Si el nivel de oxígeno es inferior al 18%, utilizar equipos respiratorios semiautónomos o autónomos

Iniciar el rescate sólo cuando se disponga de una protección adecuada

Forzar la llegada de aire al accidentado

- Airear con mangueras de aire comprimido
- Acercar mangueras
- Abrir huecos en las paredes del recinto

El rescate se debe realizar por al menos dos personas, una de ellas situada en el exterior

El trabajador que realice el rescate debe introducirse acordonado con una cuerda y con los equipos de protección adecuados

Situar al trabajador accidentado en una zona bien ventilada

Fi. 9

## ESTÁ INCONSCIENTE

¿QUÉ EVALUAR?	¿QUÉ PODEMOS ENCONTRAR?	¿QUÉ HACER?
Observe la respiración	<p><b>No respira</b></p>	<p><b>Maniobra de reanimación cardio pulmonar (Ficha B)</b></p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> </div> <p>No hacer esta maniobra en caso de haber sufrido golpes fuertes en el cuello</p>
	<p><b>Respira</b></p>	<p><b>Poner en postura lateral de seguridad (Ficha C)</b></p>

## ESTÁ CONSCIENTE

¿QUÉ EVALUAR?	¿QUÉ PODEMOS ENCONTRAR?	¿QUÉ HACER?
<b>Sensación de mareo e inestabilidad</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Piel fría, sudorosa y pálida</li><li>• Respiración débil</li><li>• Náuseas o vómitos</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Mantenga a la víctima recostada con los pies elevados y la cabeza más baja que los hombros</li><li>• Observar permanentemente si vomita o pierde el conocimiento</li></ul> <div data-bbox="863 488 1134 674"></div> <div data-bbox="1163 488 1402 613"></div> <p>Mantenga las vías respiratorias abiertas</p>

# ACCIDENTE POR GOLPES Y CORTES CON OBJETOS

## CONSEJOS GENERALES

En el caso de golpes leves sin hemorragia, aplicar hielo o compresas de agua fría durante unos 30 ó 60 minutos



**Golpe fuerte con riesgo de fractura: Llamar al 112**

- **Actuar con precaución**
- **Existe riesgo de fractura**
- **No mueva la zona lesionada, puede causar lesiones muy graves**

## ESTÁ CONSCIENTE

¿QUÉ EVALUAR?	¿QUÉ PODEMOS ENCONTRAR?	¿QUÉ HACER?
<b>Cortes</b>	Sangrado (Hemorragia)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Levantar la parte lesionada a un nivel más alto que el resto del cuerpo</li> <li>• Presionar firmemente hasta que deje de sangrar</li> <li>• Mantenga la presión (<b>Ficha D</b>)</li> </ul>
		<p><b>Aplicar cuidados generales de heridas (Ficha G)</b></p>
<b>Golpes</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dolor e hinchazón</li> <li>• Calor o enrojecimiento</li> <li>• Hematoma</li> </ul>	<p>Aplicar hielo o compresas de agua fría durante unos 30 ó 60 minutos</p>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Deformación</li> <li>• Dificultad para el movimiento</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Puede existir fractura</b></li> <li>• <b>Evitar movimientos de la zona afectada (Ficha F)</b></li> <li>• Aplicar hielo o compresas de agua fría durante unos 30 ó 60 minutos</li> </ul>

FI. 10



## ACCIDENTES POR CAÍDA A MISMA ALTURA TORCEDURAS Y LESIONES DE LAS ARTICULACIONES

¿QUÉ EVALUAR?	¿QUÉ PODEMOS ENCONTRAR?	¿QUÉ HACER?
<p><b>Esguince</b> (lesión de ligamentos)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dolor intenso, que aumenta al mover la articulación afectada</li> <li>• Enrojecimiento o hematoma</li> <li>• Incapacidad de movimiento</li> <li>• Hinchazón o inflamación</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reposo, no intentar que utilice la articulación lesionada</li> <li>• Aplicar hielo envuelto en gasas o paños</li> <li>• Acomodar la articulación entre cojines, en la postura de ese momento</li> </ul>
<p><b>Luxación</b> (lesión de la articulación)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Deformidad</b> de la articulación lesionada</li> <li>• Dolor intenso, que aumenta al mover la articulación afectada</li> <li>• Incapacidad de movimiento</li> <li>• Hinchazón o inflamación</li> </ul>	<div style="text-align: center;">  <p><b>No intentar recolocar la articulación afectada</b></p> </div> 

Fl. 11



## ACCIDENTES POR SOBRE-ESFUERZOS

¿QUÉ EVALUAR?	¿QUÉ PODEMOS ENCONTRAR?	¿QUÉ HACER?	
<b>Contractura</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dolor</li> <li>• <b>Músculo</b> no puede relajarse</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Reposo</b></li> <li>• Calor local</li> </ul>	
<b>Rotura muscular</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Pinchazo</b> tras un esfuerzo físico</li> <li>• <b>Imposibilidad</b> de mover el músculo lesionado</li> <li>• <b>Hematoma</b></li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Reposo</b> de la zona muscular lesionada</li> <li>• <b>Aplicar hielo</b> envuelto en gasas o paño</li> </ul>	
<b>Distensión muscular</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Dolor</b>, sensación de tirón</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Reposo</b> de la zona muscular lesionada</li> <li>• <b>Aplicar hielo</b> envuelto en gasas o paño</li> </ul>	
<b>Lumbalgia aguda</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Dolor intenso y brusco</b> al realizar un sobreesfuerzo</li> <li>• <b>Postura bloqueada</b> para evitar el dolor</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Aplicar hielo</b> envuelto en gasas o paños</li> <li>• <b>Postura</b> tumbada con las piernas flexionadas</li> </ul> <p><b>Si aparece sensación de hormigueo o falta de sensibilidad en las piernas acudir a urgencias</b></p>  	

FI. 12



# MORDEDURA DE ANIMALES

## CONSEJOS GENERALES

Permanecer al lado del accidentado en todo momento  
**Evitar la reacción de temor y tranquilizar al accidentado**  
 Trasladar al accidentado a un centro sanitario  
 Mantener la temperatura del accidentado cubriéndole con ropa de abrigo



**En caso de pérdida de conocimiento**

**Llamar al 112  
 Aplicar Ficha C  
 (posición de seguridad)**

¿QUÉ EVALUAR?	¿QUÉ PODEMOS ENCONTRAR?	¿QUÉ HACER?	
<p><b>Mordedura de animales</b></p>	<p>Dolor, herida con desgarros y arañazos</p>		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Limpiar las heridas suavemente con agua y jabón</li> <li>2. Aclarar de forma abundante con agua, durante al menos 5 minutos</li> <li>3. Secar y cubrir con gasas, vendas o paños limpios</li> </ol>
		 <p><b>En caso de animales domésticos:                  Identificar al animal</b></p>	<p><b>NO lavar con alcohol u otros desinfectantes</b>  <b>NO aplicar pomadas</b>  <b>NO manipular los bordes de la mordedura</b></p>
	 <p><b>En caso de hemorragia</b></p>	<p><b>En caso de animales salvajes o roedores                  Informar a los servicios de emergencia</b></p> <p><b>Aplicar Ficha D de hemorragias</b></p>	

FI.13

## ESTÁ CONSCIENTE

¿QUÉ EVALUAR?	¿QUÉ PODEMOS ENCONTRAR?	¿QUÉ HACER?	
<b>Mordedura de serpiente y otros animales</b>	<b>Dolor</b> <b>Marcas de los colmillos</b>		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Colocar al accidentado en reposo</li> <li>2. Limpiar la mordedura con jabón</li> <li>3. Aclarar de forma abundante con agua, durante al menos 5 minutos</li> <li>4. Secar y colocar un vendaje que comprima ligeramente la zona de la mordedura</li> <li>5. Situar la zona de la mordedura por encima del corazón</li> <li>6. Trasladar a un Centro Sanitario</li> <li>7. Identificar la especie del animal agresor</li> </ol>
	 <b>Sospecha de serpiente venenosa</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Cambio de color e hinchazón de la mordedura</li> <li>Inflamación general del miembro afectado</li> <li>Vómitos</li> </ul>	<b>NO hacer cortes ni succionar el veneno</b> <b>NO aplicar torniquetes</b> <b>NO aplicar frío</b> <b>NO dar bebidas alcohólicas</b>	
 <b>Llamar al 112</b>	<b>Reacción alérgica</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Picor generalizado</li> <li>Urticaria</li> <li>Hinchazón de párpados, labios o lengua</li> <li>Dificultad para respirar</li> <li>Pérdida de conocimiento</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Acompañar en todo momento al paciente, observar si empeora su estado</li> <li>Aflojar ropas</li> <li>Facilitar el máximo de información acerca del animal y de la evolución de los síntomas</li> </ul>	
	<b>Mareo persistente</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Palidez</li> <li>Sudoración fría</li> <li>Debilidad</li> <li>Pulso rápido y débil</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Levantar los pies a más o menos 30 cm</li> <li>Cubrir el cuerpo para evitar la pérdida de calor</li> </ul> <div style="text-align: center;">  </div>	

## ESTÁ CONSCIENTE

¿QUÉ EVALUAR?	¿QUÉ PODEMOS ENCONTRAR?	¿QUÉ HACER?
 <b>Llamar al 112</b>	<b>No respira</b>	<b>Maniobra de reanimación cardio pulmonar</b>  (Ficha B)
	<b>Respira</b>	 <b>Poner en postura lateral de seguridad</b>  (Ficha C)

FI.13



# ALERGIAS

## CONSEJOS GENERALES

### El origen de la reacción alérgica

- Manipulación de productos, sustancias, materiales, plantas
- Respirar: polvos, humos o vapores
- Ingerir alimentos, bebidas o medicamentos
- Picaduras de insectos

### Los síntomas de la reacción alérgica pueden aparecer

- De forma inmediata a los pocos minutos o segundos de entrar en contacto con la sustancia responsable
- De forma tardía después de horas del primer contacto, incluso en un lugar diferente en el que ocurrió dicho contacto

**Una vez que comienzan los primeros síntomas**  
Permanezca al lado del trabajador



### Ante la presencia de estos síntomas

- Dificultad para respirar
- Dolor en el abdomen
- Sudoración fría
- Coloración azulada
- Hinchazón de cara, labios, lengua
- Pérdida de conocimiento



**Reacción alérgica grave**  
Llamar al 112

## ALERGIAS

Si es alérgico preste especial cuidado si en su puesto de trabajo está expuesto a:

- Sustancias en cuya etiqueta figure la frase "R 43"
- Sustancias en cuya etiqueta figure la frase "H317"

¿QUÉ EVALUAR?	¿QUÉ PODEMOS ENCONTRAR?	¿QUÉ HACER?
<b>Reacciones locales</b>	<p>Síntomas localizados en la zona de contacto</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Picor</li><li>• Enrojecimiento</li><li>• Habones</li></ul> 	<p>Generalmente son reacciones leves</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Aplicar frío local</b></li><li>• Informarse de los productos con los que ha estado en contacto</li></ul> <p><b>Trasladar al trabajador de forma urgente a un Centro Sanitario</b></p>
 <b>Reacciones generales</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Picor generalizado</li><li>• Urticaria</li><li>• Hinchazón de párpados, labios o lengua</li></ul> 	<ul style="list-style-type: none"><li>• Aplicar frío</li><li>• Informarse de los productos con los que ha estado en contacto</li></ul> <p><b>Avisar sin demora al 112</b></p>

**NO** aplicar cremas ni ungüentos  
**NO** dar medicamentos

<b>Reacciones respiratorias (Asma)</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Tos</li><li>• Dificultad respiratoria (pitidos)</li><li>• Tensión de músculo del cuello</li><li>• Angustia</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Alejar al trabajador del lugar donde se iniciaron los síntomas</li><li>• Calmar al trabajador</li><li>• Liberar de prendas ajustadas que dificulten la respiración</li><li>• Sentar al trabajador manteniendo la espalda recta y los hombros hacia adelante</li><li>• Si el trabajador está en tratamiento, aplicar la medicación</li><li>• Acompañar constantemente al trabajador</li><li>• Informarse de los productos con los que ha estado en contacto</li></ul>
	<b>Avisar sin demora al 112</b>	
<b>Esta inconsciente:</b>  Observe la respiración	 <b>No respira</b>	<b>Maniobra de reanimación cardio pulmonar (Ficha B)</b>
	<b>Respira</b>	<b>Poner en postura lateral de seguridad (Ficha C)</b>

Fi. 14



# PICADURAS

## CONSEJOS GENERALES

**Ante las picaduras de insectos vigilar dos importantes reacciones**

Reacciones alérgicas

Envenenamiento

**Una vez que comienzan los primeros síntomas  
Permanezca al lado del trabajador**



**Ante la presencia  
de estos síntomas**

- Dificultad para respirar
- Dolor en el abdomen
- Vómitos
- Sudoración fría
- Coloración azulada
- Hinchazón de cara, párpados, labios o lengua
- Pérdida de conocimiento

**Reacción alérgica grave**

**Llamar al 112**



## Accidente POR PICADURAS DE INSECTOS

¿QUÉ EVALUAR?	¿QUÉ PODEMOS ENCONTRAR?	¿QUÉ HACER?
<p><b>Picaduras que causan reacciones alérgicas</b></p> <p>(Abejas, avispas, hormigas)</p>	<p style="text-align: center;">En la zona de la picadura:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Enrojecimiento</li> <li>• Picor</li> <li>• Habones</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lavar la zona de la picadura con agua y jabón</li> <li>• Aplicar hielo local o amoníaco (retrasa la absorción del veneno)</li> <li>• En caso de abejas retirar el aguijón si es visible y de fácil manipulación</li> <li>• Trasladar al Trabajador a un Centro Sanitario</li> </ul>
	 <p><b>ALERTA</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Reacción alérgica grave</b> <b>Llamar sin demora al 112</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Acompañar en todo momento al paciente, observar si empeora su estado</li> <li>• Aflojar ropas</li> <li>• Facilitar el máximo de información acerca del insecto y de evolución de los síntomas</li> </ul>



**Evitar aplastar el aguijón, puede producir salida del veneno**

**NO aplicar remedios caseros: barro, saliva, etc**

<p><b>Picaduras que causan envenamiento</b></p> <p>(Escorpión, tarántula, escolopendra)</p>	<p>En la zona de la picadura:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dolor</li> <li>• Enrojecimiento</li> <li>• Picor</li> <li>• Inflamación de la parte del cuerpo afecta (mano, brazo, pierna)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Quitar el insecto con un objeto, <b>nunca con la mano</b></li> <li>• Lavar la zona de la picadura con agua y jabón</li> <li>• Inmovilizar la zona de la inoculación</li> <li>• Aplicar frío</li> <li>• Vendar la zona de la picadura con vendas o pañuelos limpios ejerciendo una ligera presión</li> <li>• Trasladar al Trabajador a un Centro Sanitario</li> </ul>
		<p><b>NO realizar cortes en la zona de picadura</b></p> <p><b>NO aplicar remedios caseros:</b> barro, saliva, etc.</p> <p><b>NO aplicar torniquetes</b></p>
 <p><b>Llamar al 112</b></p>	<p><b>Reacción alérgica grave</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Picor generalizado</li> <li>• Urticaria</li> <li>• Hinchazón de párpados, labios o lengua</li> <li>• Dificultad para respirar</li> <li>• Pérdida de conocimiento</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Acompañar</b> en todo momento al paciente, observar si empeora su estado</li> <li>• Aflojar ropas</li> <li>• Facilitar el máximo de información acerca del insecto y de la evolución de los síntomas</li> </ul>
	<p><b>Mareo persistente</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Palidez</li> <li>• Sudoración fría</li> <li>• Debilidad</li> <li>• Pulso rápido y débil</li> </ul>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>• Acostar al trabajador</li> <li>• Levantar los pies a más o menos 30 cm</li> <li>• Cubrir el cuerpo para evitar la <b>pérdida de calor</b></li> </ul>
	<p><b>No respira</b></p>	<p><b>Maniobra de reanimación cardio pulmonar</b></p> <p><b>(Ficha B)</b></p>
	<p><b>Respira</b></p>	 <p><b>Poner en postura lateral de seguridad</b></p> <p><b>(Ficha C)</b></p>



# ACCIDENTE POR INGESTIÓN DE PRODUCTOS TÓXICOS

## CONSEJOS GENERALES

- **Conocer cuanto antes el producto** que ha ocasionado la intoxicación (ver etiqueta y ficha de datos de seguridad), la cantidad ingerida. Incluir la posibilidad de ingestión múltiple e intento de suicidio. Observar y anotar los primeros síntomas
- **Localizar la ficha de seguridad del producto si se conoce:** donde se indica los peligros en caso de accidente y los primeros auxilios
- **En el caso de producirse vómitos espontáneos:** Recoger parte en un pequeño recipiente para su posible análisis

**Llamar al 112**

**Esta consciente:**  
permanecer al lado del trabajador

**Esta inconsciente:**  
poner en posición lateral de seguridad (**Ficha C**)

Ante la duda sobre el tipo de producto  
**NUNCA** provocar el vómito

**Llamar al telefono de urgencias del Instituto Nacional de Toxicología**

**91 562 04 20**

## ALERGIAS

¿QUÉ EVALUAR?	¿QUÉ PODEMOS ENCONTRAR?	¿QUÉ HACER?
<b>Sustancias caústicas y corrosivas</b>  	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dolor, irritación y heridas sangrantes de labios, boca, lengua</li> <li>• Pérdida de voz</li> <li>• Dolor al tragar</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar el producto</li> <li>• Ingerir agua abundante</li> <li>• Administrar dos claras de huevo crudas</li> <li>• Trasladar al trabajador a un centro sanitario</li> </ul>
	 <b>ALERTA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Vómitos con sangre</b></li> <li>• <b>Dolor en el pecho</b></li> <li>• <b>Dificultad respiratoria</b></li> <li>• <b>Pérdida del conocimiento</b></li> </ul>
<b>Sustancias tóxicas</b>  	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Náuseas, vómitos (con sangre)</li> <li>• Dolores de cabeza</li> <li>• Dolor abdominal</li> <li>• Dificultad respiratoria</li> <li>• Síntomas nerviosos (agitación, depresión)</li> <li>• Pupilas muy abiertas o cerradas</li> <li>• Piel seca/ caliente o húmeda/fría</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Llamar sin demora al 112</li> <li>• Informar de la sustancia ingerida</li> <li>• Beber agua abundante</li> <li>• Provocar vómito</li> <li>• <b>¡¡¡ NO SI ESTA INCONSCIENTE!!!!</b></li> <li>• Administrar dos claras de huevo crudas</li> <li>• Acompañar al trabajador en todo momento</li> </ul>
<b>Sustancias irritantes</b>  	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dolor, Irritación de labios, boca, lengua</li> <li>• Dolor al tragar</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar el producto</li> <li>• Ingerir agua abundante</li> <li>• Administrar dos claras de huevo crudas</li> <li>• Trasladar al trabajador a un centro sanitario</li> </ul>
	 <b>ALERTA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Vómitos con sangre</b></li> <li>• <b>Dolor en el pecho</b></li> <li>• <b>Dificultad respiratoria</b></li> <li>• <b>Convulsiones</b></li> <li>• <b>Pérdida de conocimiento</b></li> </ul>



**Llamar  
al 112**

### Convulsiones



- Permanecer a lado del trabajador hasta que finalice el ataque
- Retirar objetos que puedan causar lesiones
- Aflojar la ropa apretada en el cuello
- Situar al trabajador de lado
- Proteger la cabeza colocando algo blando debajo de la misma
- Dejar que cesen las convulsiones

**NO**

- NO colocar nada dentro de la boca
- NO sujetar piernas ni brazos
- NO dar bebidas ni alimentos

### Mareo persistente

- Palidez
- Sudoración fría
- Debilidad
- Pulso rápido y débil

- Acostar al trabajador
- Levantar los pies a más o menos 30 cm
- Cubrir el cuerpo para evitar la pérdida de calor

**Trabajador  
inconsciente**

**No respira**

**Maniobra de  
Reanimación cardio pulmonar  
(Ficha B)**

**Respira**

**Poner en postura lateral de seguridad  
(Ficha C)**



# MOVER A UN ACCIDENTADO

## CONSEJOS GENERALES

**Mover al accidentado sólo cuando exista un peligro inmediato para la vida del accidentado**  
(Explosión, incendio, aplastamiento, caída de objetos etc.)

## HAY QUE TENER SIEMPRE PRESENTE



Importante

- Es preferible que sea realizada por tres o más personas
- Los movimientos de cuello y espalda deben ser **siempre al mismo tiempo**
- **El control del cuello debe ser permanente y realizado por personal entrenado**
- Evitar movimientos bruscos y cambios de postura



1. Situar nuestras manos por debajo de los hombros del accidentado
2. Colocar los brazos del accidentado sobre su pecho



3. Situar nuestras manos por debajo de los hombros de accidentado
4. Un compañero debe sujetar el cuello en todo momento, incluso durante el traslado



5. Situar al accidentado de medio lado
6. Una persona sujeta la cabeza y la espalda
7. Una segunda persona sujeta la cadera y las piernas
8. Una tercera persona sitúa la superficie de transporte: manta, tabla, etc.



9. Situar al accidentado de nuevo boca arriba
10. Arrastrar con cuidado la superficie de transporte



11. Situar los brazos por debajo del accidentado de la siguiente forma
12. La cabeza queda sujeta por uno de los brazos del primer socorrista
13. El cuerpo y cadera queda sujeta por los brazos del segundo socorrista entrelazados con un brazo del primero y tercero
14. Las piernas quedan sujetas por el tercer socorrista

# REANIMACIÓN CARDIO- PULMONAR (RCP)

## ¿A QUÉ SE LLAMA RCP?

Es un conjunto de actuaciones sencillas (respiración artificial y masaje cardiaco) que permiten mantener la función del corazón y la respiración ante la pérdida de latido cardiaco y ausencia de respiración

## RESPIRACIÓN ARTIFICIAL

¿QUÉ EVALUAR?	¿QUÉ HACER?
<b>Comprobar la respiración</b> (Mirar-oír)	1. Elevación del pecho 2. Movimiento de la nariz 3. Notar la salida de aire por la boca o nariz

Siempre



**Llamar al 112**

**Antes de iniciar la reanimación cardio vascular realizar dos ventilaciones seguidas**

### Realizar la maniobra frente mentón



Siempre que no haya golpe cervical

- Colocar una mano sobre la frente y la otra en el mentón.
- Con la mano de la frente empujad hacia atrás
- Comprobar que la lengua no tapona la entrada de aire
- Comprobar que no hay objetos extraños (caramelos, dentadura postiza, etc.) que impidan la entrada de aire
- Extraer los objetos extraños



**Si se sospecha lesión cervical:  
no hacer maniobra frente mentón  
sólo tracción mandibular**



### Realizar la respiración boca-boca



1. Pinzar la nariz
2. Cubrir la boca del accidentado con un pañuelo
3. Sellar la boca del accidentado con nuestra boca para evitar la pérdida de aire
4. Insuflar aire y observar la elevación de pecho
5. Dejar que el accidentado expulse el aire

## MASAJE CARDIACO

### ¿QUÉ EVALUAR?

#### Posición para el masaje cardiaco



### ¿QUÉ HACER?

1. Situar al accidentado en una superficie dura (la mejor superficie es el suelo)
2. Situarse de rodillas cerca el pecho del accidentado
3. Situar el talón de una mano centrado en los pezones
4. Poner el talón de la otra mano encima de la anterior
5. Colocar los brazos bien rectos presionar de forma rítmica sobre el pecho del accidentado
6. Después de cada compresión debemos permitir que el pecho vuelva a su posición normal



1. Realizar 100 compresiones cardiacas por minuto
2. Realizar de 10 a 15 ventilaciones por minuto
3. Vigilar el pulso cada minuto



**Siempre la secuencia ventilación-masaje cardiaco debe ser de:**

**2 Ventilaciones cada 30 Compresiones**



**Muy importante**

**No rendirse ni interrumpir el proceso, insistir hasta que llegue la asistencia médica**

# POSICIÓN LATERAL DE SEGURIDAD

La posición lateral de seguridad, consiste en situar al accidentado que se encuentra **inconsciente** en una postura que evita el ahogamiento por atragantamiento o por vómitos

¿QUÉ EVALUAR?	¿QUÉ HACER?
 <p><b>Importante</b></p>	<p><b>Antes de actuar, descartar la sospecha, por el tipo de accidente, de posibles lesiones de cuello</b></p>
	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Situarse al lado del accidentado</li><li>2. Flexionar la pierna más alejada cruzándola sobre la pierna más próxima a nuestro lado</li></ol>
	<ol style="list-style-type: none"><li>3. Extender por encima de la cabeza el brazo próximo de nuestro lado</li></ol>
	<ol style="list-style-type: none"><li>4. Doblar el otro brazo situándole por encima del cuerpo del accidentado</li></ol>
	<ol style="list-style-type: none"><li>5. Girar el cuerpo del accidentado para que quede de lado</li><li>6. Apoyar su cabeza sobre el brazo que está extendido quedando en línea con la columna vertebral</li></ol>

Fl. C



# INTERVENCIÓN ANTE HEMORRAGIAS

## HEMORRAGIA INTERNA PACIENTE INCONSCIENTE



**Importante llamar al 112  
¡Nunca dar de comer ni de beber!**

<p><b>Signos hemorragia interna</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Piel pálida</li> <li>• Mareo y pérdida del conocimiento</li> <li>• Debilidad</li> <li>• Sed</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Náuseas y/o vómitos</li> <li>• Dolor abdominal</li> <li>• Sangrado de oídos, nariz</li> <li>• Vómitos con sangre</li> <li>• Esputos con sangre</li> </ul>
<p><b>¿Qué hacer?</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Está consciente</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tumar con piernas en alto</li> <li>• Abrigar</li> </ul> 
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Está inconsciente</b></li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Poner al accidentado en la Posición lateral de seguridad (<b>Ficha C</b>)</li> <li>2. Cubrir con ropa de abrigo</li> </ol> 



**Importante**

- **NO** hurgar sobre la herida, no soplar, no usar pomadas ni polvos
- **NO** limpiar la herida con manos, trapos, pañuelos, etc., sucios
- **NO** intentar extraer objetos o cuerpos extraños clavados en la herida

### QUÉ HACER



- Presión directa sobre la herida usando gasas o paños limpios
- **NO** quitar las gasas o paños, cuando estén empapados, ir añadiendo otros encima
- Si la hemorragia se ha producido en brazo o pierna debe elevarse al mismo tiempo el miembro afectado

### HEMORRAGIA NASAL



- No tapone la nariz ni introduzca gasas, pañuelos ni objetos extraños
- Siente al accidentado en posición erguida con la cabeza inclinada hacia delante
- Pince justo por debajo de los huesos de la nariz durante 10 minutos
- Aplicar un paño frío sobre la nariz y frente



# INTERVENCIÓN ANTE TRAUMATISMO TORÁCICO

<p><b>¿Cómo se producen?</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Por impacto o proyección de un objeto agudo (metal, madera, fractura abierta de una costilla, etc.)</li> <li>• Por aplastamiento (desplome de objeto, derrumbamiento de zanjas)</li> <li>• Por caídas de altura, accidente de tráfico</li> <li>• Onda expansiva en explosiones</li> </ul>	
<p><b>Sin herida externa</b></p>	<p>Dolor agudo que aumenta con los movimientos respiratorios o con la tos</p>	<div style="text-align: center;">  <p><b>En accidentes de fuerte impacto sospechar una posible lesión de columna</b></p> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Desabrochar la ropa que dificulte la respiración</li> <li>• Colocar al accidentado semisentado o acostado sobre el lado lesionado <b>NO</b> en caso de sospecha de lesiones de espalda</li> <li>• Indicar que realice una respiración abdominal</li> <li>• Cubrir con ropa de abrigo</li> </ul> <div style="text-align: center;">  </div>
<div style="text-align: center;">  <p><b>Muy importante</b></p> <p><b>No realizar nunca vendajes compresivos que dificulten la respiración</b></p> <p><b>No dar de beber</b></p> </div>		
<p><b>Con herida externa</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tapar la herida con un plástico, <b>NO</b> utilizar tejidos porosos</li> <li>• Fijar sólo por 3 lados, dejando el cuarto libre</li> <li>• <b>NO</b> introducir nada en la herida</li> <li>• <b>Vigilar</b> la dificultad para respirar</li> <li>• <b>Vigilar</b> el estado de consciencia</li> <li>• <b>Vigilar</b> la coloración de la piel</li> </ul>	



# INTERVENCIÓN ANTE FRACTURAS

<b>Signos de una fractura</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dolor</li> <li>• Hinchazón</li> <li>• Deformación</li> <li>• Imposibilidad de movimiento</li> <li>• Calor, hematomas</li> </ul>
<b>Cuidados generales</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• NO intentar reducir la fractura ni situar el hueso en posición natural</li> <li>• Quitar todo aquello que pueda comprimir</li> </ul>



**Llamar al 112**

<b>Fracturas (rotura de hueso)</b>	<p><b>Abiertas</b> (rotura de la piel, el hueso sobresale al exterior)</p> 	<p></p> <p><b>Si hay hemorragia</b></p> <p>Presione con gasa a los lados de la fractura para controlar la hemorragia (<b>Ficha D</b>)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Evitar movimientos del hueso roto</li> <li>• <b>NO</b> tratar de introducirlo de nuevo</li> <li>• <b>Aplicar</b> los cuidados generales de heridas (<b>Ficha G</b>)</li> <li>• <b>Cubrir la herida</b> con gasas o trapos limpios</li> </ul>
	<p><b>Cerradas</b> (no hay rotura de la piel)</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>NO</b> mover la parte afectada</li> <li>• <b>NO</b> tratar de colocar el hueso roto en su posición normal</li> <li>• <b>NO</b> vendar o atar con fuerza</li> <li>• <b>Aplicar</b> hielo local, no directo, envuelto en un paño</li> </ul>



# INTERVENCIÓN ANTE HERIDAS



**Importante**

- **NO** tratar de quitar un objeto clavado
- **NO** limpiar la herida con manos, trapos, pañuelos, sucios
- **NO** aplicar algodón sobre la herida ni pañuelos de papel
- **NO** lavar con alcohol (aumenta el sangrado)
- **NO** aplicar, pomadas, ungüentos o remedios caseros
- **NO** hurgar en la herida



## CUIDADOS GENERALES

- Evitar que se contamine la herida **lavándonos** bien las manos con agua y jabón antes de actuar
- Limpiar la herida, con agua o suero fisiológico a chorro
- Desinfectar con agua y jabón
- Secar y tapar con una gasa estéril fijada con bandas de esparadrapo



**No utilizar desinfectantes con mercurio, ni alcohol o yodo**



# INTERVENCIÓN ANTE CONVULSIONES



## Llamar al 112

- Permanecer a lado del trabajador hasta que finalice el ataque
- Evitar que los compañeros se aglomeren alrededor
- Retirar objetos que puedan causar lesiones
- Aflojar la ropa apretada en el cuello
- Situar al trabajador de lado
- Proteger la cabeza colocando algo blando debajo de la misma
- Dejar que cesen las convulsiones



- **NO** sujetar piernas ni brazos
- **NO** dar bebidas ni alimentos
- **NO** colocar nada dentro de la boca

**NO**

## Cuidados después de las convulsiones

- Tranquilizar y abrigar al trabajador
- Dejar que progresivamente se vaya orientado y teniendo una conducta normal
- **NO** dar nada de beber ni de comer
- **NO** intentar despejarle mediante pellizcos, tortas, etc.



- Si no recupera el conocimiento, poner al enfermo en posición lateral de seguridad (Ficha C)
- Vigilar el pulso y la respiración en caso de ausencia iniciar la reanimación cardio respiratoria (Ficha B)







# NOTAS

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---





# PRIMEROS AYUDADOS

