



Subsecretaría Administrativa  
Dirección Provincial de Recursos Humanos  
Dirección de Condiciones y Medio Ambiente del Trabajo  
Departamento de Higiene y Seguridad

**guia** **primeros**  
**auxilios**

## **INDICE**

- 1- Evaluando la situación – Que hacer primero?.
- 2- Accidentes Infantiles.
- 3- Intoxicaciones.
- 4- Desmayos.
- 5- Fracturas.
- 6- Hemorragia Nasal.
- 7- Quemaduras.
- 8- Heridas Punzantes.
- 9- Cuerpos extraños en los ojos.
- 10- Golpe de calor.
- 11- Congelamiento.

Policía	<b>101</b>
Bomberos	<b>100</b>
Defensa Civil	<b>103</b>
Emergencia Medica	<b>107</b>
Hospital de Niños	<b>0221 453-5901 / 451-5555 0800-222-9911</b>

### **Servicios de Emergencia**

Hospital San Martín	<b>424-7603 / 424-7599</b>

## 9- CUERPO EXTRAÑO EN EL OJO

Acostar al paciente colocando la cabeza de lado, lavar con abundante agua. Cerrarle los ojos e inmovilizarlos con compresas. LLEVAR DE URGENCIA AL HOSPITAL O CENTRO DE OJOS MAS CERCANO.

## 10- GOLPES DE CALOR

Se pueden observar vómitos, mareos, dolor de cabeza, taquicardia y/o desmayos. Poner al paciente en un lugar fresco, despejar y mantener despejadas las vías respiratorias, bañar con agua templada e ir enfriándola de a poco. Colocar bolsa de hielo en la cabeza. LLAMAR AL MEDICO O TRASLADARLO A UN HOSPITAL.



## 11- CONGELAMIENTO

Colocar al paciente en baño caliente con las piernas levantadas para favorecer la circulación, de no ser posible el baño colocarle ropas secas, cubrir con mantas y darle de beber te o café caliente. LLAMAR AL MEDICO O TRASLADAR A UN HOSPITAL.

### Fuentes bibliográficas:

Manual de primeros auxilios – Alejandro Lanoel – Ed. Betina  
Ministerio de Salud y Acción Social – Dirección de Educación para la Salud  
Publicaciones del G.A.P. – Gabinete de Asesoría y Promoción de la Salud – Barcelona / España

## 1- EVALUANDO LA SITUACION – QUE HACER PRIMERO?

No entrar en pánico, así tendrá la posibilidad de evaluar la situación mas eficientemente.

Recordar el ABC de los primeros auxilios:

- vías respiratorias abiertas.
- Si la víctima no respira iniciar RESPIRACION ARTIFICIAL inmediatamente.
- Si la víctima no tiene pulso, solicitar a alguien con conocimientos que aplique RCP (Preamiación Cardio-Pulmonar).



Revisar si hay signos de golpes y huesos rotos con mucha precaución.

Chequear la identificación de Emergencia Médica de la víctima.

SOLICITAR ASISTENCIA MEDICA INMEDIATAMENTE, indicando su nombre, el lugar del hecho, el número de personas involucradas y describir el problema.

Despojar a la víctima de cualquier prenda u objeto que dificulte la respiración o la circulación.

Nunca dar a una persona inconsciente nada para tomar.

NO MOVER a menos que este en riesgo su vida.

Mantener a la víctima en calma.

Las víctimas con huesos rotos no deben ser movidas sin ser con anterioridad inmovilizadas adecuadamente.

## 2- ACCIDENTES INFANTILES

Los tipos de percances mas usuales son: ahogos, convulsiones, contusiones, quemaduras, hemorragias, picaduras de insectos e intoxicaciones, etc.

Si un niño sufre un caso de AHOGO ocasionado por algún objeto, juguete o trozo de alimento que ha penetrado en las vías respiratorias, lo aconsejable es ponerlo inmediatamente cuerpo y cabeza hacia abajo, golpeando suavemente su espalda, para que expulse naturalmente el motivo de la obstrucción.

Las CONVULSIONES: llamar inmediatamente al médico y mientras tanto recostar al niño con un paño en la boca para evitar que muerda su lengua, aflojarle la ropa y NO darle nada de beber.

Las CONTUSIONES son lesiones leves e internas que no llegan a ser heridas. Por lo general llamados chichones, se reducen con compresas frías o hielo.

Para las PICADURAS DE INSECTOS (de abeja o avispa por lo general) se procede a retirar el aguijón con un pinza desinfectando luego la pequeña lesión. Consultar al medico porque suelen presentarse complicaciones alérgicas.

## 3- INTOXICACIONES

Los sistemas son ordinariamente agudos. Una vez detectado el problema, el auxilio debe ser inmediato. Si el niño ( o ADULTO) no presenta vómitos deben provocarse los mismos introduciendo dos dedos en la garganta (nunca realizar este procedimiento cuando el toxico es un ácido). La rápida acción del vómito eliminará gran parte del veneno, reduciendo notablemente el riesgo. CONCURRIR O LLAMAR DE INMEDIATO A LOS CENTROS DE INTOXICACIONES, EN LO POSIBLE CON EL ENVASE DEL TOXICO.



## 4- DESMAYOS

Pueden estar producidos por efecto del calor, del cansancio, permanecer demasiado tiempo en lugares cerrados. Se debe acostar al paciente con la cabeza mas baja que el resto del cuerpo, aflojar las prendas que opriman, como cinturón, cuellos de camisa, etc.

Friccionar las extremidades con alcohol, también se puede aplicar un paño de agua fría en la frente y sienes. LLAMAR AL MEDICO O TRASLADARLO A UN HOSPITAL.

## 5- FRACTURAS

Las FRACTURAS pueden ser cerradas o expuestas (el hueso sale a través de la piel). En ambos casos no tratar de corregir la posición actual. Si la fractura ha sido en un miembro inferior, hay que fijarlo en esa posición colocándole una guía rígida y vendarlo suavemente. Si ha sido en un miembro superior, colocarle una guía rígida, vendarlo suavemente y sujetarlo en posición adecuada por medio de un pañuelo atado al cuello (en cabestrillo). LLAMAR AL MEDICO.



## 6- HEMORRAGIA NASAL

En caso de hemorragia nasal colocar al paciente con la cabeza en línea recta con el resto del cuerpo, enfriar la nuca y la frente con agua fresca, no taponar la nariz. Tener en cuenta un posible shock o desmayo, según la gravedad de la hemorragia. LLAMAR AL MEDICO O TRASLADARLO A UN HOSPITAL.

## 7- QUEMADURAS

Lavar y refrigerar la zona primero con agua natural y luego con agua fría durante 20 o 30 minutos. Las heridas de gran tamaño se deben cubrir con paños limpios para evitar infecciones. LLAMAR A LA EMERGENCIA MEDICA O TRASLADAR AL PACIENTE AL HOSPITAL O AL INSTITUTO DEL QUEMADO.

## 8- HERIDAS PUNZANTES

No retirar el objeto ya que se podría ocasionar una hemorragia, inmovilizar el objeto y TRASLADAR AL PACIENTE AL MEDICO U HOSPITAL.