

*Departamento de Servicio de Higiene y seguridad  
en el Trabajo*

*Rectorado y Consejo Superior*

*Universidad de Buenos Aires*

# GUIA DE ORIENTACIÓN BÁSICA EN PRIMEROS AUXILIOS



Departamento de Servicio de Higiene y Seguridad en el Trabajo  
Rectorado y Consejo Superior  
Universidad de Buenos Aires



## ¿QUÉ SON LOS PRIMEROS AUXILIOS?

Los **Primeros Auxilios** están referidos a la ayuda inmediata prestada a una persona enferma o herida hasta la llegada de asistencia profesional.

No se refiere únicamente a lesiones o enfermedades físicas, sino también a otros cuidados iniciales como el apoyo psicosocial a las personas que sufren daños emocionales **causados por haber sido víctimas o testigos de un evento.**

*European First Aid Guidelines, Resuscitation, vol 72, número 2, pp240-251*



## **¿QUÉ DEBO HACER ANTES DE ATENDER A UNA PERSONA?**

- **Ser consiente de la capacitación que usted posee en Primeros Auxilios (PA) para saber si su ayuda resultará efectiva.**
- **Evitar el contacto con sangre y/o otros fluidos corporales. (siempre usar guantes de latex)**
- **Obtener el consentimiento del accidentado. Para ello debe primero decirle su nombre, que posee capacitación en PA y preguntarle si quiere su ayuda.**



## ¿QUÉ DEBO RECORDAR?

- **NO** prestar ayuda si una persona consciente lo rechaza.
- Si la persona consciente es menor de edad, deberá pedir el consentimiento de sus padres, si están presentes. En caso de no estar los padres o el tutor, el consentimiento es sobreentendido.
- Si la persona está inconsciente, el consentimiento se considera sobreentendido.
- Aunque la persona no brinde su consentimiento, de todas maneras, debe llamar a la emergencia.

*Departamento de Servicio de Higiene y Seguridad en el Trabajo  
Rectorado y Consejo Superior  
Universidad de Buenos Aires*



# **PASOS A SEGUIR ANTE UNA EMERGENCIA**

## **•OBSERVAR:**

**El lugar: si aún existe algún peligro, cuantas son las personas afectadas, si se encuentra alguna persona que pueda colaborar en la asistencia, etc.**

**La víctima: estado de consciencia, si se mueve, si existe hemorragias o cortes, si respira.**

## **•COMUNICAR:**

**•Llamar a la emergencia médica. En caso de ser un accidente laboral, llamar a la ART.**

**Seguidamente, llamar al Personal de Seguridad del Edificio, para que arbitre los medios para el acceso del personal médico.**

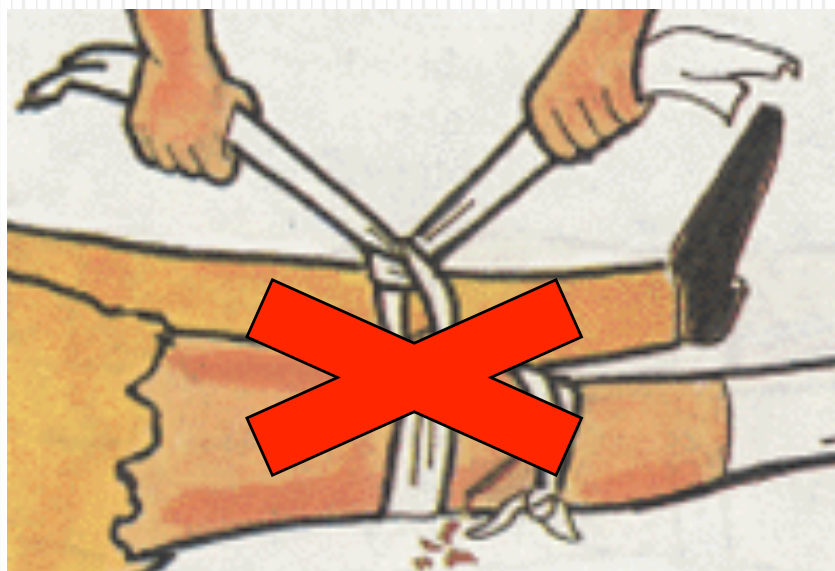
## **•ADMINISTRAR LOS PRIMEROS AUXILIOS:**

**• Si la persona respira colóquela de costado para evitar que se obstruyan las vías respiratorias.**

*Departamento de Servicio de Higiene y Seguridad en el Trabajo  
Rectorado y Consejo Superior  
Universidad de Buenos Aires*



## HEMORRAGIAS



**NO haga torniquete**



# HEMORRAGIAS

**Aplique PRESION DIRECTA sobre un vendaje estéril y luego coloque un VENDAJE COMPRESIVO.**







## **SANGRADO NASAL**

**Procure inclinar hacia adelante a la persona y que esta comprima su nariz con el pulgar y el índice de su mano.**



**Si pasado un tiempo prudencial el sangrado persiste el mismo puede requerir asistencia médica.**





## HERIDAS

En caso de producirse una herida,  
deberá :

- Ø **LAVAR** la misma con agua corriente o en su defecto agua limpia y utilizar jabón.
  - Ø **DESINFECTARLA** con yodo povidona, agua oxigenada o clorhexidina.
  - Ø **CUBRIRLA** con apósito estéril o similar.
- RECURRA CON URGENCIA AL MEDICO**, si la herida esta en ubicada en una zona comprometida.

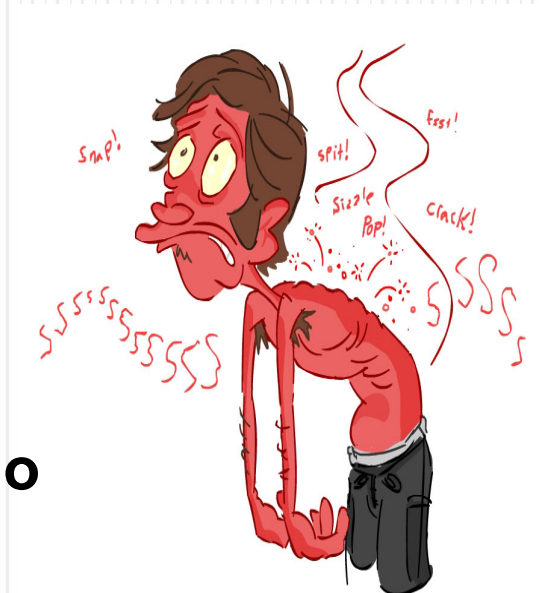
**CONSULTE A SU MEDICO**, si la herida es superficial y asegúrese que no necesita tratamiento adicional.





# QUEMADURAS POR CALOR

- § **ENFRIE** la quemadura con agua fría.
- § **RETIRE** la vestimenta y alhajas que no se hayan adherido a la zona quemada.
- § **NO TOQUE** las ampollas que se hayan formado.
- § **CUBRA** la quemadura con vendaje limpio o en su defecto con film plástico o bolsa.
- § **NO APLIQUE** cremas o lociones sobre la quemadura.
- § **NO APLIQUE HIELO NI PASTA DENTAL**





# LESIONES MUSCULOESQUELETICAS

- § **NO MOVILIZAR** el área afectada.
- § **RETIRE** prendas apretadas para favorecer la circulación.
- § **PEDIR** un Servicio de Asistencia Médica.
- § **SI DEBE TRASLADAR** al herido inmobilice la lesión con lo que tenga disponible.
- § **SI HAY HERIDAS** siga los pasos mencionados anteriormente en el apartado “Heridas”.
- § **APLIQUE HIELO** sobre la herida en forma “indirecta” para evitar quemaduras. Cada 20 minutos.





# DESMAYO

## SINTOMAS

- § **Debilidad.**
- § **Mareos y Nauseas.**
- § **Palidez.**
- § **Sudor frío.**
- § **Visión borrosa.**
- § **Pérdida de equilibrio.**





# DESMAYO

## COMO ACTUAR

- § **Observe si la persona perdió la conciencia.**
- § **Acuéstela boca arriba y libere vías respiratorias.**
- § **Comuníquese con un servicio de urgencias.**
- § **No le de sal, azúcar ni haga respirar productos.**
- § **Controle la respiración.**
- § **Afloje las prendas de vestir y cinturones.**
- § **No le suministre líquidos ni bebidas.**





# CONVULSIONES

Antes que nada hay que tener en cuenta que **NO DEBE** introducirse ningún objeto en la boca del paciente

## COMO ACTUAR

- § LLAME a la emergencia médica
- § NO SUJETE a la persona.
- § DESALOJE el ambiente.
- § COLOQUE algún apoyo bajo la cabeza.
- § CONTROLE el tiempo que dura el ataque.
- § LIMPIE la boca y la nariz cuando finalice.
- § COLOQUELO de costado en caso de vómitos.

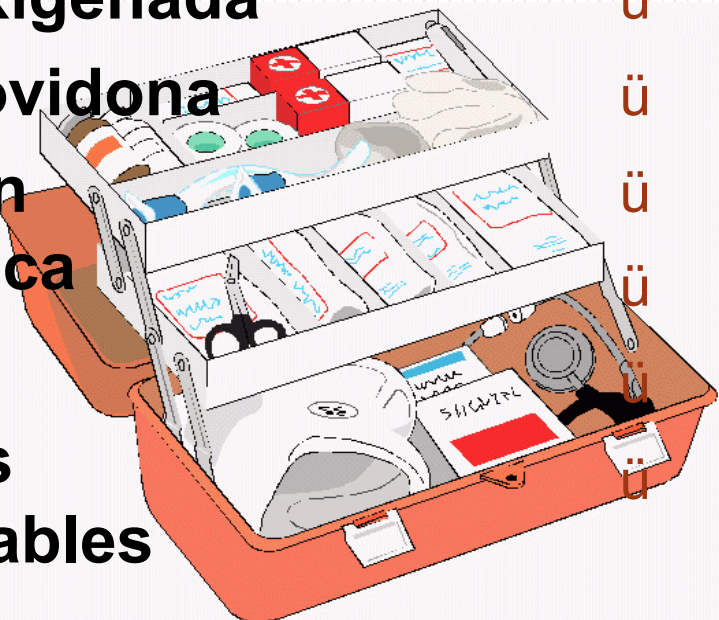
- § NO SE ASUSTE si el paciente se queda dormido







## BOTIQUÍN (Contenido Básico)

- 
- ü Agua oxigenada
  - ü Yodo povidona
  - ü Solución fisiológica
  - ü Jeringa
  - ü Guantes descartables
  - ü Vendas
  - ü Tijera
  - ü Baja lengua
  - ü Caja de curitas
  - ü Tela adhesiva
  - ü Alfileres de gancho
  - ü Apósito ocular
  - ü Tubo látex
  - ü Apósito quirúrgico estéril
  - ü Apósitos
  - ü Gasa hidrófila



**Departamento de Servicio de Higiene y Seguridad en el Trabajo,  
Rectorado y Consejo Superior**



**Universidad de Buenos Aires**

---

El contenido de esta Guía de Primeros Auxilios se ha basado en la Guía y Recomendaciones sobre el tema realizados por la Cruz Roja Argentina.