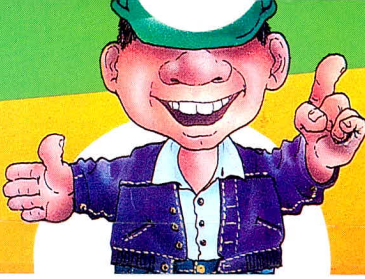


-0610x.-

CAMARA CHILENA DE
LA CONSTRUCCION



MUTUAL
0090
cl



0006477

GUIA PRACTICA SOBRE PRIMEROS AUXILIOS

MUTUAL
0090
cl



MUTUAL DE SEGURIDAD

MEJORAR SU CALIDAD DE VIDA

SINTOMAS

TRATAMIENTO



- 1.- Dolor de dientes o muelas
- 2.- Atascamiento
- 3.- Quemadura de sol
- 4.- Accidente vascular cerebral
- 5.- Envenenamiento
- 6.- Sangre de narices
- 7.- Picadura de insecto
- 8.- Acaloramiento / insolación

- 12.- Fractura / luxación
- 13.- Fiebre
- 14.- Desmayo
- 15.- Shock eléctrico
- 16.- Dolor de oídos
- 17.- Ahogamiento (agua)
- 18.- Mordida de perro
- 19.- Cortes / magulladuras

20.- Agarrotamiento

21.- Convulsiones

9.- Abaqueo



Dolor. Diente sensible a alimentos/líquidos calientes o fríos

1

Dar una aspirina o Dipirona. Llamar al dentista.

Peligroso en el tracto respiratorio. Tos violenta y ahogo. Tez azulina, descolorada. Posible paro respiratorio.

2

Si el paciente no puede eliminar el objeto, aplicar método contra Obstrucción de vías respiratorias (descrito abajo). Poner al niño boca abajo y golpear su espalda.

Piel roja, dolor, 8 - 10 hrs. después insolación. Ampollas en casos severos.

3

Suave: Usar ungüento calmante.
Severa (15% del cuerpo - 10% en niños, fiebre o vómitos): Llamar médico. Cubra quemadura. Si se abren las ampollas, aplique gaza esterilizada.

Inconsciente. Dificil respiración. Aparente debilidad en cara o extremidades de un lado. Afasia.

4

Cúbralo con ropa ligera. Girar su cabeza si vomita. No dar estimulantes, ni nada sólido o líquido. Consultar médico neurólogo.

Por herida, enfermedad o veneno: palidez, tez, jaspeada, sudor frío, respiración agitada, pulso débil.

5

Mantener abrigado, tendido, pies arriba. Llamar médico. Nada de alimentos líquidos ni sólidos. Despejar entrada de aire. Sólo si está inconsciente o con la mandíbula herida, póngalo de lado. Llame médico. Sólo si éste lo indica, dar jarabe, forzar a ingerir líquidos o inducir vómito.

Síntomas variados. Dolor de garganta o de estómago. Quemadura de boca. Vómitos. Somnolencia. Sangre de Narices.

6

Siente al paciente e inclínelo hacia adelante. Presionar la fosa nasal con hemorragia. Puede poner compresas frías. Si continúa dirigirse a Sala de Urgencia.

Dolor o picazón, hinchazón, piel rojiza. Posible reacción alérgica

7

Saque el aguijón con las uñas, no lo aprete. Aplique compresas frías. Si hay shock o erupciones, llame una ambulancia.

Acaloramiento: Palidez, pegajoso. Dolor de cabeza y debilitamiento. Posibles náuseas.
Insolación: Vómitos; abochornado y confuso.

8

Cubra la piel con ropas frías y suministre líquidos con sal al paciente. Si vomita, es insolación. Llame a un médico.

Dolor persistente en el pecho, irradiado a menudo a hombro y brazo izquierdo. Dificil respiración. Labios, piel y uñas azulados.

9

Siente a la víctima mientras viene la ambulancia. Use almohadas para afirmarlo.

Dolor de cabeza. Mareo. Palidez. Inconsciencia.

10

Saque a la víctima al aire fresco. Si no respira, dar respiración boca a boca. Si no hay pulso, aplique CPR (si lo maneja). Mantenerlo caliente. Llame una ambulancia.

Piel sonrojada, blanca o amarillenta. Posibles ampollas. Frío. Dolor.

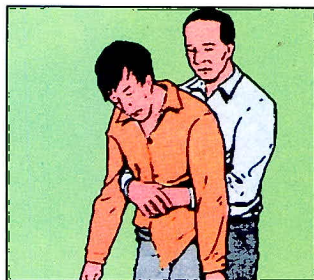
11

No friccione el área. Suavézalo en agua fría para calentarlo..

OBSTRUCCION DE VIAS RESPIRATORIAS

Cómo ayudar al paciente a despejar el tracto respiratorio cuando está atragantado o ahogado:

Pregúntele si puede respirar. Si no puede, golpéele entre los homóplatos con la base de la mano. Párese detrás de la víctima y abrácelo tomándose las manos y colocando el lado del pulgar de su puño contra el abdomen del accidentado. Apriete 4 veces, rápidamente y hacia arriba, para expulsar el objeto que obstruye las vías respiratorias.



Dolor, deformidad e inmovilidad.
Posible fractura expuesta.

12

Llame médico. No mueva el área hasta estabilizar. Si es fractura de cuello, espalda o piernas, tender en el piso. Cubra las heridas con géneros limpios. Arrope al paciente y no le de nada de comer o beber.

Temperatura sobre 37°. Frente caliente.

13

Suministre mucho líquido. No acalorar y aplicar esponja con agua fría. Llame médico.

Palidez, piel pegajosa, mareos, respiración superficial, sudor, inconsciencia.

14

Elevar los pies por sobre el nivel del cuerpo. Soltarle la ropa. Aplicar paños fríos en la cara. Si continúan los desvanecimientos, llamar médico.

Inconsciencia, palidez, piel azulina y pegajosa, aparentemente jaspeada.

15

Corte la corriente con un palo o género seco. Dar respiración boca a boca si no respira y CPR si no hay pulso. Arrope y llamar una ambulancia.

Dolor. Posibles mareos o salida de materia por el oído. Posible fiebre.

16

Llamar médico. Alivie el dolor con compresas frías o tibias en el oído.

Inconsciencia, paro respiratorio. Posible paro cardíaco.

17

Dar respiración boca a boca si no respira y CPR si hay paro cardíaco. No mover la cabeza, el cuello o la espalda innecesariamente. Llame una ambulancia.

Posible piel perforada o rasgada, con marcas de dientes o colmillos.

18

Lave con agua y jabón y cubra con venda estéril. Observe al animal para ver si tiene rabia. Si debe matarlo, conserve su cabeza. Informe a un médico o un hospital.

Cortes: sangran y duelen.

Magulladuras: enrojecen, se hinchan y duelen.

19

Limpie las heridas con agua y jabón y detenga la hemorragia. Aplique hielo o paños fríos en las magulladuras para el dolor y la hinchazón. Llame médico si las heridas no cierran.

Respiración ruidosa y difícil. Tos de perro y ronca.

20

Llame médico. Exponga al accidentado a aire húmedo. Llévelo al baño y abra la ducha caliente. Mantenga las ventanas cerradas.

Movimientos espasmódicos fuertes; rigidez, difícil respiración. Tez azulina, ojos entornados. Rechinar de dientes y boca espumosa.

21

Llame médico. Tiéndalo en el suelo y ábrale el cuello de la camisa. Trate de no reprimir sus movimientos, pero evite que el paciente se hiera a sí mismo.

Color rojizo y dolor. Quemadura Moderada provoca ampollas. Quemadura severa lleva destrucción de tejidos.

22

Aplique hielo a quemaduras suaves. Agua fría (no hielo) a las severas. Lave con agua y jabón. No retire género adherido a piel quemada. Llame médico si la quemadura es extensa, ampollada o se ve blanca, seca y no duele.

Dolor en el lado derecho abajo del abdomen. Náuseas y posibles vómitos.

23

Llamar médico. Jamás de nada por vía oral. Una bolsa con hielo puede evitar malestares.

TELEFONOS DE EMERGENCIA

MUTUAL: FONO:

MEDICO: FONO:

AMBULANCIA: FONO:

POLICIA: FONO:

BOMBEROS: FONO:

OTROS: FONO:

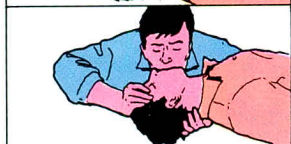
..... FONO:

RESPIRACION BOCA A BOCA

Si la víctima ha dejado de respirar, proceda con este método. Asegúrese de que la lengua ni ningún otro elemento esté obstruyendo el flujo respiratorio. De todas maneras llamar ambulancia.



1.- Levante el cuello de la víctima y eche hacia atrás la cabeza con la otra mano para abrir el paso del aire.



2.- Coloque su boca firmemente sobre la boca del paciente (en el caso de una guaguaita, sobre nariz y boca). Sople con fuerza hasta que el pecho del paciente se levante (los niños requieren poco aire.).



3.- Deje que el paciente exhale por la nariz o la boca y vuelva a insuflar cada 5 segundos (con las guaguaitas cada 3) hasta que respire por su cuenta o llegue la ambulancia.

SINTOMAS

TRATAMIENTO

SUGERENCIAS UTILES

- 1.- Examine rápida y detalladamente al accidentado. Identifique el problema (obstrucciones respiratorias, hemorragia, fracturas, etc.) y llame inmediatamente a un médico.
- 2.- Si el accidentado no respira, proporciónale respiración boca a boca. Prevenga riesgos y aprenda ya este método.
- 3.- La hemorragia se puede detener con una venda ajustada. Ejercer presión directa en el punto de flujo, pero no en forma de torniquete.
- 4.- En caso de shock (piel fría y húmeda, pulso rápido o débil, desmayo) acueste y abrigue al accidentado. Trate de calmarlo.
- 5.- En caso de envenenamiento, solicite de inmediato asistencia médica. No espere y aplique primeros auxilios. Lea las instrucciones para el caso en el envase del veneno. Si este no existe, suministre clara de huevo batida, leche o agua al accidentado. Si el veneno no es un corrosivo o derivado del petróleo, de al afectado a beber un purgante.
- 6.- Si sospecha fractura del cuello o de la espalda, No Mueva al afectado hasta que llegue la ambulancia. En caso de fuerza mayor desplácelo utilizando algo rígido como camilla.
- 7.- Si es necesario, entablille el hueso roto. Cualquier objeto rígido sirve como tablilla, inclusive un periódico bien enrollado, siempre y cuando el elemento supere el largo total del hueso roto.
- 8.- Las quemaduras térmicas se tratan con agua fría si la piel está intacta. Cubrir las quemaduras más grandes con género limpio y liso. Quemaduras por productos químicos deben ser enjuagadas con agua. Toda quemadura mayor debe ser revisada por un médico.
- 9.- Aplique vendaje a las heridas para evitar infección, hemorragia y dolor. Aplicar antes género esterilizado.