

<u>Unidad emisora:</u> Operaciones	<u>Fecha de emisión:</u> 01/03/2019	<u>Revisión número:</u> 00	<u>Fecha publicación:</u> 01/03/2019	<u>Página:</u> 1 <u>De:</u> 10
<u>Requerimiento:</u> Sistema de administración de Seguridad Industrial, Seguridad Operativa y Protección al Medio Ambiente.			<u>Documento número:</u> GD-DG-P05-X	
<u>Título:</u> Manual de capacitación en primeros auxilios.				

X.5 MANUAL DE CAPACITACIÓN EN PRIMEROS AUXILIOS.

<u>Unidad emisora:</u> Operaciones	<u>Fecha de emisión:</u> 01/03/2019	<u>Revisión número:</u> 00	<u>Fecha publicación:</u> 01/03/2019	<u>Página:</u> 2 <u>De:</u> 10
<u>Requerimiento:</u> Sistema de administración de Seguridad Industrial, Seguridad Operativa y Protección al Medio Ambiente.			<u>Documento número:</u> GD-DG-P05-X	
<u>Título:</u> Manual de capacitación en primeros auxilios.				

Índice

1.0	OBJETIVO	3
2.0	ALCANCE	3
3.0	ORIGEN DE UNA EMERGENCIA EN PLANTA	3
4.0	DEFINICIÓN DE SITUACIONES DE EMERGENCIA	4
5.0	El ABC DE LOS PRIMEROS AUXILIOS	5
6.0	RESCATE	6
7.0	CONCLUSIÓN	10

<u>Unidad emisora:</u> Operaciones	<u>Fecha de emisión:</u> 01/03/2019	<u>Revisión número:</u> 00	<u>Fecha publicación:</u> 01/03/2019	<u>Página:</u> 3 <u>De:</u> 10
<u>Requerimiento:</u> Sistema de administración de Seguridad Industrial, Seguridad Operativa y Protección al Medio Ambiente.			<u>Documento número:</u> GD-DG-P05-X	
<u>Título:</u> Manual de capacitación en primeros auxilios.				

1.0 OBJETIVO

El participante conocerá:

- Los vínculos de comunicación y procedimientos ante una emergencia descritos en el PPA.
- Su responsabilidad dentro de la brigada y como actor ante una emergencia.

¿Qué son los primeros auxilios?

Los cuidados inmediatos y temporales dados a las víctimas de un accidente o de una enfermedad súbita, en tanto logra obtener los servicios de un médico.

Propósito de los Primeros Auxilios

- Prevenir el accidente (prevenir en vez de curar).
- Entrenar a las personas en lo que deben hacer para prevenir accidentes (no deben hacer).
- Prevenir lesiones o peligros.
- Proporcionar una adecuada transportación en caso de ser necesario.

Qué hacer antes de una emergencia

- Conocer la planta y ubicar los puntos de socorro.
- Contar con los recursos necesarios para poder proporcionar el auxilio.
- Botiquín.
- Camillas, cuerdas, arneses, etc.
- Medios de comunicación y los teléfonos de los servicios médicos externos.
- Medios de transporte para lesionados.
- Diseñar formatos de recopilación de datos de los auxiliados y evaluación (Triage).

Emergencia. Situación súbita que requiere una respuesta inmediata.

2.0 ALCANCE

Todo el personal interno y externo de la empresa debe de conocer la respuesta hacia casos de emergencia que requieran de suministro de primeros auxilios.

3.0 ORIGEN DE UNA EMERGENCIA EN PLANTA

- ❖ **Naturales:** Aquellas condiciones causadas por efectos ambientales y que produzcan una situación de emergencia como lo son: terremotos, huracanes, inundaciones, etc.
- ❖ **Humanos:** Condiciones en las que las personas tienen influencia directa o indirecta como: Sociales. Terrorismo, Marchas, huelgas, etc.
- ❖ **Técnicos:** Fallas de maquinaria y equipos, mala proyección de cálculos y diseños, etc.

<u>Unidad emisora:</u> Operaciones	<u>Fecha de emisión:</u> 01/03/2019	<u>Revisión número:</u> 00	<u>Fecha publicación:</u> 01/03/2019	<u>Página:</u> 4 <u>De:</u> 10
<u>Requerimiento:</u> Sistema de administración de Seguridad Industrial, Seguridad Operativa y Protección al Medio Ambiente.			<u>Documento número:</u> GD-DG-P05-X	
<u>Título:</u> Manual de capacitación en primeros auxilios.				

- ❖ **Negligencia:** Cuando somos enterados de una situación que requiera actuar rápidamente, sin embargo, no lo hacemos.

4.0 DEFINICIÓN DE SITUACIONES DE EMERGENCIA

- ❖ **Pre-alerta (conato de emergencia).** Accidente o posibilidad de peligro que pueda ser valorado, controlado y dominado de forma sencilla y rápida por el personal y medios de la propia planta.
- ❖ **Alerta parcial.** Accidente que para ser dominado requiere la actuación de equipos especiales con que cuenta la planta y medios de los servicios públicos.
- ❖ **Alarma (emergencia general).** Accidente que se genera cuando no se puede controlar por los medios de la empresa y de los servicios públicos.

3.1 Cómo Actuar En Caso De Pre-Alerta

- Tomar botiquín y documentos.
- Ubicarse en puesto de socorros y coordinaran esfuerzos con la brigada de evacuación y combate contra incendios.
- Revisar, evaluar, levantar.
- Trasladar a lesionados a puesto de socorro.
- Coordinar la preparación de medios de transporte para lesionados.

3.2 Cómo Actuar En Caso De Alerta

- Verificar existencia de víctimas.
- Trasladar víctimas al puesto de socorro.
- Atender heridos basados en su evaluación (Triage), prepararlos para su traslado.
- Registrar datos y llenar formatos.
- Reportar el estado de las acciones al Jefe de Brigada.

3.3 Cómo Actuar En Caso De Emergencia

- Trasladar las víctimas a los servicios médicos de emergencia.
- Entregar los datos recopilados a los servicios médicos de emergencia y al jefe de brigada.
- Realizar un reporte general de sucesos.

3.4 Cómo Actuar Despues De La Emergencia

- Coordinarse con la brigada de Evacuación para el retorno ordenado a labores.
- Revisar el estado de los recursos propios de la brigada.

<u>Unidad emisora:</u> Operaciones	<u>Fecha de emisión:</u> 01/03/2019	<u>Revisión número:</u> 00	<u>Fecha publicación:</u> 01/03/2019	<u>Página:</u> 5 <u>De:</u> 10
<u>Requerimiento:</u> Sistema de administración de Seguridad Industrial, Seguridad Operativa y Protección al Medio Ambiente.			<u>Documento número:</u> GD-DG-P05-X	
<u>Título:</u> Manual de capacitación en primeros auxilios.				

- Realizar un reporte y comunicarlo al Jefe de brigada.
- Verificar que los recursos sean renovados a fin de siempre estar preparados.

3.5 Acciones Prioritarias

- Evitar y Mitigar el estado de choque.
- Revisar, Evaluar, Levantar (Triage).
- Controlar Hemorragias.
- Reanimación Cardiopulmonar.
- Coordinar auxilio médico externo.

3.6 Principios de Acción Ante Una Emergencia

- Investigue la escena del accidente.
- Coordiné que alguien llamé al personal de atención médica.
- Mantenga la calma y haga sentir confianza a la víctima.
- Evalúe la condición de la víctima.
- Proporcione los resultados de la evaluación al personal de atención médica.

3.7 Evaluación del Lugar Del Accidente

- Humo.
- Cables eléctricos.
- Líquidos derramados.
- Vapores químicos.
- Objetos que pueden caer.

5.0 El ABC DE LOS PRIMEROS AUXILIOS

A: Vías Respiratorias

- Observe dentro de la boca de la víctima para verificar que no exista ningún objeto extraño.
- Revise si la lengua está bloqueando la garganta.
- Descongestione la garganta inclinando la cabeza y levantando la quijada.
- Si sospecha que hay una lesión en la columna, use el método de empujar la mandíbula para llevar la lengua hacia delante. Arrodíllese a la cabeza de la víctima, coloque cada uno de sus dedos debajo del borde de la mandíbula. Levante la mandíbula presionando hacia abajo con sus pulgares.

<u>Unidad emisora:</u> Operaciones	<u>Fecha de emisión:</u> 01/03/2019	<u>Revisión número:</u> 00	<u>Fecha publicación:</u> 01/03/2019	<u>Página:</u> 6 <u>De:</u> 10
<u>Requerimiento:</u> Sistema de administración de Seguridad Industrial, Seguridad Operativa y Protección al Medio Ambiente.			<u>Documento número:</u> GD-DG-P05-X	
<u>Título:</u> Manual de capacitación en primeros auxilios.				

B: Revise Respiración.

- Incline su cabeza y acerque su oído al pecho de la víctima.
- Observe el pecho de la víctima y verifique que se esté moviendo.
- Escuche el sonido de su respiración.
- Acerque su mejilla al rostro de la víctima para sentir su respiración.

C: Revise la Circulación.

- Tome el pulso en la arteria carótida, colocando dos o tres dedos hacia uno de los lados de la manzana de Adán del cuello de la víctima.
- Si la víctima está respirando tendrá pulso.
- Si la víctima ha dejado de respirar es posible que aún tenga pulso.

D: Evaluación general

- Verifique si la víctima presenta.
- Sangrado.
- Huesos rotos.
- Deformidades.
- Collares o brazaletes de alerta médica.

6.0 RESCATE

5.1 Triaje.

“Clasificación según las calidades”.

Evaluación y selección inicial de pacientes según las necesidades de tratamiento y rescate.

5.2 Lesiones De Alta Prioridad

- Respiración forzada.
- Hemorragia severa o incontrolable.
- Lesiones de cabeza severas.
- Paro cardiaco o ataque cardiaco.
- Conmoción severa.
- Heridas abdominales o torácica abiertas.

<u>Unidad emisora:</u> Operaciones	<u>Fecha de emisión:</u> 01/03/2019	<u>Revisión número:</u> 00	<u>Fecha publicación:</u> 01/03/2019	<u>Página:</u> 7 <u>De:</u> 10
<u>Requerimiento:</u> Sistema de administración de Seguridad Industrial, Seguridad Operativa y Protección al Medio Ambiente.			<u>Documento número:</u> GD-DG-P05-X	
<u>Título:</u> Manual de capacitación en primeros auxilios.				

5.3 Lesiones De Segunda Prioridad

- Quemaduras.
- Fracturas múltiples abiertas o cerradas.
- Lesiones espinales.
- Lesiones de baja prioridad.
- Fracturas leves.
- Cortaduras y contusiones leves.

5.4 Atención A Hemorragias

Precauciones al atender a la víctima:

- Use guantes de látex o vinilo.
- Cuide de no salpicar sus ojos, boca y nariz.
- Despues de proveer los primeros auxilios, no toque su boca, nariz u ojos, ni coma o beba hasta que se haya lavado las manos meticulosamente.

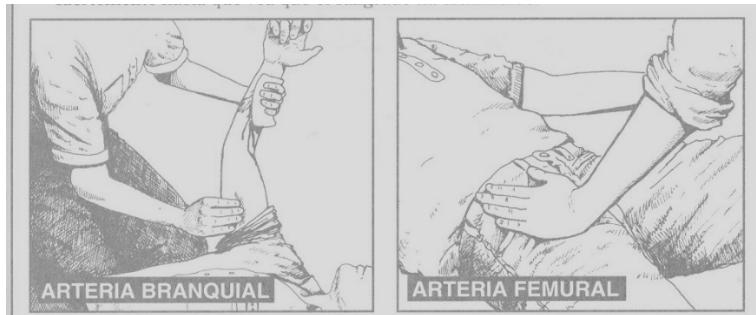
5.4 Deteniendo La Hemorragia

- Remueva la ropa que esté sobre las heridas.
- Coloque sobre la(s) herida(s) una gasa esterilizada y gruesa o el material absorbente limpio que encuentre.
- En caso de no contar con dicho material, pídale a la víctima o a alguien que presione la herida con su mano, mientras usted busca el material absorbente.
- No remueva los coágulos de sangre quitando los vendajes saturados. Simplemente añada gasa o tela al vendaje.
- No eleve la herida en caso de lesiones en la cabeza, el pecho o el abdomen.
- No aplique presión directa si sospecha que hay fractura.

5.5 Atención A Hemorragias Severas

- Si la herida sangra profusamente, deberá aplicar presión directa sobre la arteria que suministra sangre al área de la herida.
- Si es en un brazo, presione en la parte interior del brazo (Arteria Branquial). Agarre la parte superior del brazo de la víctima, presionándola contra el hueso (humero).
- Si el sangrado es en una pierna, presione la arteria localizada hacia el lado de la ingle. Empuje la palma de su mano hacia un lado de la ingle. Mantenga la presión fuertemente hasta que vea que el sangrado ha disminuido.

<u>Unidad emisora:</u> Operaciones	<u>Fecha de emisión:</u> 01/03/2019	<u>Revisión número:</u> 00	<u>Fecha publicación:</u> 01/03/2019	<u>Página:</u> 8 <u>De:</u> 10
<u>Requerimiento:</u> Sistema de administración de Seguridad Industrial, Seguridad Operativa y Protección al Medio Ambiente.			<u>Documento número:</u> GD-DG-P05-X	
<u>Título:</u> Manual de capacitación en primeros auxilios.				



5.6 Atención A Estado De Choque

Síntomas:

- Piel y labios pálidos o azulados.
- Piel templada, húmeda o dificultad para respirar.
- Respiración y pulso acelerados.
- Pupilas dilatadas.
- Ojos vidriosos o hundidos.
- Náusea o vómito.
- Sed.
- Estado de inconciencia.

Modo de actuar:

- Evite que la persona entre en estado de choque elevando sus piernas de 15 a 30 cm del suelo, permitiendo de esta forma que la sangre viaje directamente hacia los órganos vitales.
- Si sospecha que hay alguna fractura, no eleve la cabeza, pecho, abdomen o una extremidad lesionada.

5.7 Atención A Situaciones Especiales De Choque

- No eleve las piernas de una persona que haya sufrido una lesión en la cabeza, pecho o en la columna.
- Si la víctima experimenta dificultad para respirar, colóquela en una posición semi-inclinada para facilitar la respiración.
- Si la persona ha sufrido una lesión en una pierna, eleve la otra pierna. Esto hará que cierta cantidad de sangre fluya a los órganos vitales.
- Si parece que la persona quiere vomitar, colóquela sobre su costado para permitir el flujo del vómito.

5.8 Atención A Víctimas Con Huesos Fracturados

Terminología:

<u>Unidad emisora:</u> Operaciones	<u>Fecha de emisión:</u> 01/03/2019	<u>Revisión número:</u> 00	<u>Fecha publicación:</u> 01/03/2019	<u>Página:</u> 9 <u>De:</u> 10
<u>Requerimiento:</u> Sistema de administración de Seguridad Industrial, Seguridad Operativa y Protección al Medio Ambiente.			<u>Documento número:</u> GD-DG-P05-X	
<u>Título:</u> Manual de capacitación en primeros auxilios.				

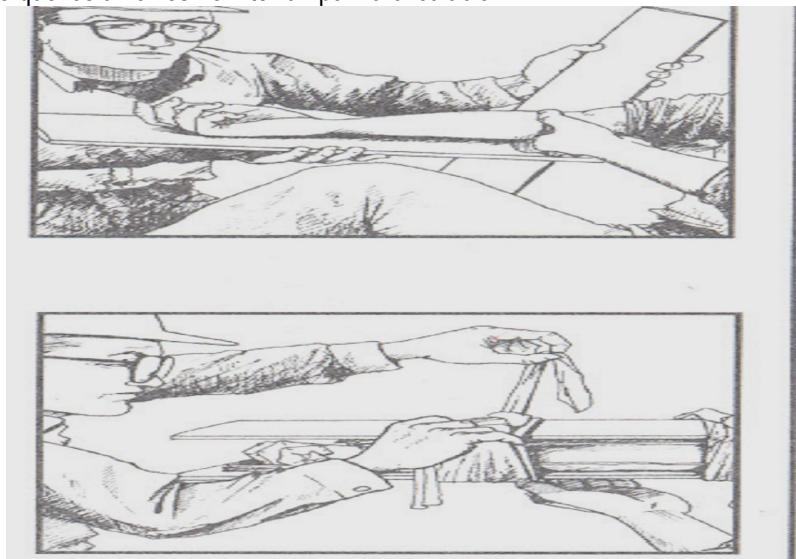
- ❖ **Fractura.** Hueso(s) quebrado(s) o roto(s).
- ❖ **Dislocación.** Huesos fuera de su posición normal en las coyunturas.
- ❖ **Desgarres.** Ligamentos y tendones rasgados en las coyunturas.

5.9 Atención A Fracturas No Visibles

- La víctima sintió que el hueso se rompió.
- La víctima siente que los extremos de su hueso están rozando entre sí.
- El área de la lesión está obviamente deformada.

Entablillado:

- Puede usar cualquier material para entablillar a alguien: tablas, palos rectos, cartón grueso, papel periódico enrollado y hasta sábanas enrolladas.
- Amárralo en tres o cuatro lugares, incluyendo las áreas que están por debajo y por encima de la coyuntura cercana a la lesión.
- No amarre las tablillas exactamente en el lugar de la lesión.
- Asegúrese de que los amarres no interrumpan la circulación.



Método para entablillar:

1. Entablille la lesión en la posición que la encontró.
2. Suavemente coloque el material de amortiguación alrededor del entablillado.
3. Amárralo en tres o cuatro lugares, incluyendo las áreas que están por debajo y por encima de la coyuntura cercana a la lesión.
4. No amarre las tablillas exactamente encima de la lesión.

<u>Unidad emisora:</u> Operaciones	<u>Fecha de emisión:</u> 01/03/2019	<u>Revisión número:</u> 00	<u>Fecha publicación:</u> 01/03/2019	<u>Página:</u> 10 <u>De:</u> 10
<u>Requerimiento:</u> Sistema de administración de Seguridad Industrial, Seguridad Operativa y Protección al Medio Ambiente.			<u>Documento número:</u> GD-DG-P05-X	
<u>Título:</u> Manual de capacitación en primeros auxilios.				

5. Asegúrese de que los amarres no interrumpan la circulación.

5.10 Atención A Lesiones En La Columna

Si sospecha que la víctima sufrió una lesión en la columna deberá inmovilizar la cabeza. Un leve movimiento de cuello o espalda lesionados podría significar para la víctima pasar el resto de su vida en silla de ruedas o en cama.

- Para estabilizar la cabeza de la víctima, sostenga con sus manos ambos lados hasta que llegue el servicio médico de emergencia.
- Si no puede usar sus manos, busque algo que pueda colocar a ambos lados de la cabeza de la víctima; por ejemplo, bloques de ladrillo, cajas o pilas de trapos.
- Si usa objetos duros, asegúrese de colocar amortiguación entre estos y la cabeza de la víctima.

5.11 Atención A Choque Eléctrico

- Verifique que el lugar esté libre de peligro por otro choque eléctrico. ¡No proceda si no es así!
- Desconecte toda la corriente eléctrica en la caja de fusibles o interruptor principal del área. No intente desconectar cables.
- Siga los cuatro principios acción ante una emergencia.

5.12 Atención A Quemaduras

- Las quemaduras de segundo grado se caracterizan por enrojecimiento, hinchazón y ampollas.
- Las quemaduras de tercer grado presentan una apariencia blanquecina o quemada. Alrededor del área, encontrará una quemadura de segundo grado, rodeada de una de primer grado.
- Para evitar una infección, cubra toda la piel quemada que tenga ampollas o que esté quemada con una tela seca y esterilizada.
- De forma similar a los primeros auxilios aplicados a la víctima de sangrado, eleve el brazo o pierna quemada por encima del nivel del corazón. Esto disminuye el dolor y al mismo tiempo, alivia el choque. En caso que la víctima presente dificultada para respirar colóquela en posición sentada para facilitar la respiración.

7.0 CONCLUSIÓN

Asistir a tiempo a una víctima puede ser la diferencia entre vida o muerte de la persona. Proveer de los auxilios necesarios para mantener a la víctima en forma segura hasta que la asistencia médica llegue a escena es nuestra responsabilidad. Nunca debemos de ir más allá de lo que nuestro conocimiento permite, siempre debemos coordinarnos y apoyarnos en todos los recursos con que contamos.