

# PRIMEROS AUXILIOS

Es la ayuda inmediata prestada a una persona enferma o accidentada hasta la llegada de la asistencia profesional.



## Pautas de actuación preventiva:

### Hemorragias:

Es la salida de sangre fuera de los vasos sanguíneos, como consecuencia de una lesión traumática, puede ser arterial, venosa o capilar.

1. Aplicá presión directa sobre la herida con un apósito.
2. Sostené el apósito con un vendaje compresivo.
3. Si el paño se llena de sangre no lo retires, agregá otro encima.
4. La mala aplicación del torniquete puede causar daños graves.



### Traumatismo:

Son lesiones producidas por un agente externo que actúa de forma rápida e intensa sobre el organismo.

1. Buscá elementos para movilizar la zona afectada (maderas, metales, periódicos, carones duros, etc.).
2. Para no agravar la situación, no moviles al accidentado.



### Heridas:

1. Usá guantes descartables para evitar infecciones o contagios.
2. Lavá la herida con abundante agua limpia.
3. Aplicá la solución antiséptica (yodo, agua oxigenada) y cubrí con un apósito o similar adhiriendo con cinta adhesiva.
4. No extraigas elementos incrustados profundamente, porque podría producir una hemorragia.
5. Cualquier herida puede producir tétanos. Vacunate.



### Atragantamientos - Maniobra de HEIMLICH:

1. Ubicáte detrás del atragantado/a.
2. Rodealo con tus brazos a la altura de la cintura y comprimí con su puño hacia adentro y arriba hasta que elimine el cuerpo extraño.
3. Si la obstrucción persiste llamá al servicio de emergencias médicas.



### Quemaduras:

1. Lavá con agua corriente fría por varios minutos.
2. Retirá las prendas de vestir y las alhajas que no estén adheridas y que se puedan quitar de la zona quemada sin ejercer fuerza.
3. Cubrí la quemadura con elementos estériles o un paño limpio humedecido en agua limpia y fría.
4. En quemaduras con químicos, no utilices elementos para equilibrar el pH (bicarbonato, vinagre, etc.)



## Qué hacer en Caso de accidente:

- Llamá a un médico o ambulancia.
- Mantené la tranquilidad y serenidad.
- Inspirá confianza a la persona accidentada.
- Aflojá la ropa apretada.

- Determiná si existen posibles peligros en el lugar del accidente y ubicá a la persona accidentada en un lugar seguro, proporcionando seguridad emocional y física.



Conocé más en  
**PROVINCIAART.COM.AR**

 Grupo  
Provincia

 Provincia  
ART