

## Primeros auxilios

Son los cuidados inmediatos, adecuados y provisionales prestados a las personas accidentadas o con enfermedades de aparición súbita, antes de ser atendidos en un centro asistencial.

El estado y la evolución de las lesiones derivadas de un accidente, dependen en gran parte de la rapidez y de la calidad de los primeros auxilios recibidos.



La Ley de Prevención de Riesgos Laborales establece que el empresario, teniendo en cuenta el tamaño y la actividad de la empresa, así como la posible presencia de personas ajenas a la misma, deberá:

- Analizar las posibles situaciones de emergencia y adoptar las medidas necesarias en materia de primeros auxilios, lucha contra incendios y evacuación de los trabajadores.
- Designar para ello al personal encargado de poner en práctica dichas medidas y comprobar periódicamente, en su caso, su correcto funcionamiento.
- El citado personal deberá poseer la formación necesaria, ser suficiente en número y disponer del material adecuado, en función de las circunstancias antes señaladas.

Para la aplicación de las medidas adoptadas, el empresario deberá organizar las relaciones que sean necesarias con servicios externos a la empresa, en particular en materia de primeros auxilios, asistencia médica de urgencia, salvamento y lucha contra incendios, de forma que quede garantizada la rapidez y eficacia de las mismas.

En cualquier accidente debemos activar el sistema de emergencia. A través de la palabra P.A.S., recordaremos las tres actuaciones secuenciales necesarias, para empezar a atender al accidentado:

- P de PROTEGER: Antes de actuar, se tiene que tener en cuenta tanto la seguridad del accidentado, como de la persona que atiende, ya que ambos tienen que estar fuera de todo peligro. Por ejemplo, ante un ambiente tóxico, no se atenderá al intoxicado sin antes protegerse las vías respiratorias (uso de máscaras con filtros adecuados), pues de lo contrario se accidentaría también.
- A de AVISAR: Siempre que sea posible se tendrá que dar aviso a los servicios sanitarios (médico, ambulancia...) de la existencia del accidente, y así se activará el Sistema de Emergencia, para inmediatamente empezar a socorrer en espera de ayuda.
- S de SOCORRER: Una vez se haya protegido y avisado, procederemos a actuar sobre el accidentado, reconociendo sus signos vitales: 1. Conciencia, 2. Respiración y 3. Pulso, siempre por este orden.



Si la persona no respira, el personal formado en primeros auxilios puede realizarle la reanimación cardiopulmonar o **RCP básica**. Dicha *técnica de primeros auxilios* que puede ayudar a mantener a alguien con vida el tiempo suficiente para que llegue la ayuda de emergencia.



Por otro lado, los lugares de trabajo tendrán que disponer del material y, en su caso, de los locales necesarios para la prestación de primeros auxilios a los trabajadores accidentados que deberá ser adecuado, en cuanto a su cantidad y características, al número de trabajadores, a los riesgos a que estén expuestos y a las facilidades de acceso al centro de asistencia médica más próximo. El material de primeros auxilios deberá adaptarse a las atribuciones profesionales del personal habilitado para su prestación.

La situación o distribución del material en el lugar de trabajo y las facilidades para acceder al mismo y para, en su caso, desplazarlo al lugar del accidente, deberán garantizar que la prestación de los primeros auxilios pueda realizarse con la rapidez que requiera el tipo de daño previsible.

Todo lugar de trabajo deberá disponer, como mínimo, de un botiquín portátil que contenga desinfectantes y antisépticos autorizados, gasas estériles, algodón hidrófilo, venda, esparadrapo, apósitos adhesivos, tijeras, pinzas y guantes desechables. Dicho material se revisará periódicamente y se irá reponiendo tan pronto como caduque o sea utilizado.

