

Agosto 2020

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales

¿Sabías que la simple aplicación de la punta de un dedo sobre un vaso sangrante puede detener una hemorragia? ¿Y que una correcta inmovilización tras un accidente supone la diferencia entre la recuperación y la parálisis?

## ¿Qué son los primeros auxilios?

Definimos primeros auxilios como el conjunto de técnicas y actuaciones que permiten la atención inmediata de quien sufre un accidente o enfermedad repentina, en el mismo lugar de los hechos, hasta que se pueda obtener la asistencia médica profesional, evitando agravar o empeorar las lesiones que haya sufrido, haciendo sólo aquello de lo que estemos totalmente seguros.

A la persona capacitada para aplicar estas técnicas se la denomina **Socorrista**, y su actuación consiste en la activación del sistema de emergencia **P.A.S. (Proteger – Avisar – Socorrer)**:

- **PROTEGER** el ambiente del accidente: es necesario ante todo proteger a la víctima **sin ponernos en peligro**.



Apagar el motor



Señalizar el accidente



Desconectar la corriente

- **AVISAR** a los servicios de emergencias **112**: cuando llamemos debemos hablar con claridad y precisión, indicando el tipo, lugar del accidente y estado aparente de las personas accidentadas. Resulta de primordial importancia la coordinación con el 112.
- **SOCORRER** a la víctima, conservando siempre la calma. Buscaremos si presenta heridas o lesiones, evitando moverla a no ser que sea estrictamente necesario. Intentaremos tranquilizarla, acompañándola en todo momento sin darle ni bebida ni comida.

Es preferible no realizar ninguna técnica de primeros auxilios si no se tienen los conocimientos. Con frecuencia, ni la asistencia médica más avanzada puede reparar los efectos de unos primeros auxilios inadecuados.

¿A qué esperas para formarte?