

Worksite: _____ Instructor: _____ Date/Time: _____

Topic C023: Injuries

Introduction: Knowing what to do for an injured person until help arrives can save a life, especially in cases of severe bleeding, no respiration, poisoning, and shock. It is important for an injured person to get medical assistance as soon as possible. The outcome of occupational injuries depends not only on the severity of the injury, but also on the rendering of first aid care. Prompt, properly administered first aid can mean the difference between life and death, temporary versus permanent disability, and rapid versus prolonged recovery.

Following are guidelines for basic first aid situations that could be encountered at any workplace:

Moderate Bleeding — Elevate the wound above the heart if possible. Apply direct pressure to the wound with a sterile compress until bleeding stops.

Burn — If mild, with skin unbroken and no blisters, flush with cool water until pain subsides. Apply a loose, dry, sterile dressing if necessary. If severe, send for help. Do not break blisters or try to clean the burn.

Chemical in the eye — With victim's head tilted back, pour cupfuls of water immediately into the inside corner of the eye, letting it run to the other side to thoroughly remove chemicals. Continue to flush until medical help arrives or cover with sterile dressing and transport to the hospital.

Choking — The American Red Cross advises that the leading first aid method for choking victims is the abdominal thrust.

Cuts (minor) — After washing with soap under warm running water, apply antiseptic and cover with sterile bandage.

Foreign object in the eye — Touch object with moistened corner of sterile handkerchief if the object can be seen. If it cannot be seen or does not come out after a few attempts, get medical attention. Do not rub the eye.

Hyperthermia, Heat Exhaustion, and Heat Stroke — Remove the patient from the heat. Loosen any tight clothing and apply cool, wet cloths to the skin. Give the victim cool water, to drink slowly. If the victim refuses water, vomits, or experiences changes in consciousness, the victim is likely experiencing heat stroke and requires medical attention.

Amputation — If a limb or appendage is severed, it is important to properly protect the limb or appendage so that it can possibly be reattached. After the victim is cared for, the limb should be wrapped in sterile gauze or clean material and placed in a clean plastic bag or other suitable container. Pack ice around the limb on the OUTSIDE of the bag to keep the limb cold. Call ahead to alert emergency room staff of the situation.

Poisoning — Call an ambulance and the Poison Control Center and follow their directions exactly (do not induce vomiting unless so instructed).

Shock (injury-related) — Keep the victim lying down on his/her back; if uncertain as to injuries, keep the patient flat on their back. Maintain normal body temperature; if the weather is cold, place blankets or extra clothing over and under the victim; if weather is hot, provide shade.

Sprains and fractures — Apply ice to sprains to reduce swelling and pain. Do not try to straighten or move broken limbs. If properly trained, apply a splint to immobilize the injured area if the victim must be transported.

It is important to note that these guidelines are general in nature and do not cover every possible type of workplace injury. Recognize hazards, know where to access first aid materials in your workplace, and to never exceed your level of first aid training.

Conclusion: OSHA requires that in the absence of a medical facility near the workplace, a person or persons shall be adequately trained to render first aid. If the job is at a remote location, alternative means of reliable communication must be provided. Always be aware of the location of first aid supplies, who the company's designated "first responder" is, and the location of emergency numbers.

Employee Attendance: (Names or signatures of personnel who are attending this meeting)

These guidelines do not supersede local, state, or federal regulations and must not be construed as a substitute for, or legal interpretation of, any OSHA regulations.

Tópico C023: Qué Hacer Cuando Ocurre una Lesión

Introducción: Saber qué hacer por una persona lesionada hasta que llegue ayuda puede salvar una vida, especialmente en casos de hemorragia severa, sin respiración, envenenamiento y concusión. Es importante que una persona lesionada reciba asistencia médica tan pronto como sea posible. El resultado de las lesiones profesionales no sólo depende de la gravedad de la lesión, sino también en la prestación de atención de primeros auxilios. Pronta, primeros auxilios correctamente administrados puede significar la diferencia entre la vida y la muerte, incapacidad temporal versus permanente y rápida versus recuperación prolongada.

A continuación hay directrices para situaciones de primeros auxilios básicos que podrían encontrarse en cualquier lugar de trabajo:

Sangrado Moderado - Eleve la herida por encima del corazón, si es posible. Aplique presión directa sobre la herida con una compresa estéril hasta que el sangrado se detenga.

Quemadura - Si es leve, con la piel intacta y sin ampollas, lave con agua fría hasta que cese el dolor. Aplique un apósito suelto, seco y estéril si es necesario. Si es grave, pida ayuda. No rompa las ampollas o trate de limpiar la quemadura.

Químicos en el ojo - Con la cabeza de la víctima inclinada hacia atrás, derramar vasos de agua inmediatamente en la esquina interior del ojo, dejándola correr al otro lado para eliminar completamente los productos químicos. Continúe el lavado hasta que llegue la ayuda médica o cubra con un apósito estéril y transpórtelo al hospital.

Asfixia - La Cruz Roja Americana recomienda que el método principal de primeros auxilios para las víctimas de asfixia es el empuje abdominal.

Cortes (menores) - Después de un lavado con jabón bajo agua tibia, aplicar antiséptico y cubrir con vendaje estéril.

Objeto extraño en el ojo - Toque el objeto con la esquina de un pañuelo estéril mojado si el objeto puede ser visto. Si no se puede ver o no sale después de varios intentos, obtenga ayuda médica. No se frote los ojos.

Hipertermia, Agotamiento por Calor e Insolación - Retire el paciente del calor. Afloje cualquier ropa apretada y aplique paños frescos y húmedos sobre la piel. Dar agua fría a la víctima para beber lentamente. Si la víctima reusa agua, vomita o experimenta cambios de conciencia, la víctima es probable que está experimentando insolación y requiere atención médica.

Amputación — Si una extremidad o el apéndice se rompe, es importante proteger adecuadamente la extremidad o apéndice para que posiblemente se pueda reconectar. Después que la víctima es atendida, el miembro debe envolverse en gasa estéril o material limpio y colocado en una bolsa plástica limpia u otro recipiente adecuado. Comprimir hielo alrededor de la extremidad en el EXTERIOR de la bolsa para mantener la extremidad fría. Llame con anticipación para avisar al personal de la sala de emergencia de la situación.

Envenenamiento - Llame una ambulancia y al Centro de Control de Intoxicaciones y seguir sus instrucciones exactamente (no induzca el vómito a menos que así se le indica).

Tremor (relacionadas con lesiones) - Mantenga la víctima acostada sobre su espalda; si no está seguro en cuanto a lesiones, mantenga al paciente acostado sobre su espalda. Mantener la temperatura normal del cuerpo; si el clima es frío, coloque mantas o ropa adicional sobre y debajo de la víctima; si el clima es caluroso, proporcionar sombra.

Esguinces y fracturas - Aplicar hielo a las torceduras para reducir la inflamación y el dolor. No trate de enderezar o mover extremidades rotas. Si propiamente entrenado, aplicar una tablilla para inmovilizar la zona lesionada si la víctima debe ser transportada.

Conclusión: OSHA requiere que en ausencia de un centro médico cerca del lugar de trabajo, una o varias personas deberán ser adecuadamente entrenadas para prestar primeros auxilios. Si el trabajo está en una ubicación remota, medios alternativos de comunicación deben proporcionarse. Siempre tenga en cuenta la ubicación de primeros auxilios, a quien la compañía ha denominado como "primera respuesta", y la ubicación de los números de emergencia

Asistencia de Empleado: (Nombres o firmas de personal presentes en esta reunión)

_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

Estas pautas no sustituyen las leyes locales, estatales o federales y no deben interpretarse como un sustituto para, o de interpretación legal de, cualquier regulación de OSHA.