

Worksite: \_\_\_\_\_ Instructor: \_\_\_\_\_ Date/Time: \_\_\_\_\_

## **Topic C105: First Aid Principles**

**Introduction:** Emergency medical situations can happen anytime, anywhere, and to anyone. Workers' with first aid training are able to react calmly and skillfully in an emergency situation. Following are the basic elements of immediate Emergency First Aid:

**Look the situation over and make a careful assessment:**

- Determine the cause of the injury, accident, or illness.
- Do not become a casualty yourself

**Call for help:**

- If you are not alone designate someone to call for help immediately
- If you are alone you will need to determine the seriousness of the injury and may need to provide immediate first aid then leave the victim to call for help

**Do not move the victim if:**

- Chance of spine, back, or neck injury is apparent
- Possibility exists of aggravating the injuries

**Special Note:** Victims of spine, back, and neck injuries should only be moved if the victim is in greater danger by *not* being moved

**If needed, clear the airway:**

- Lack of oxygen can cause brain damage and may kill a person within a few minutes
- If a person cannot speak, cough, or breathe, the airway may be obstructed

**Victims of spine, back and neck injuries should only be moved if the victim is in great danger by *not* being moved.**

**Control heavy bleeding:**

- Use clean dressing to control excess blood loss by applying constant direct pressure
- If possible, elevate the injury above the heart or nearest pressure point
- Avoid use of a tourniquet unless the person is in danger of bleeding to death and you have been trained to apply one

**Treat for shock:**

- Signs include: Cold pale skin; nausea; a rapid, faint pulse; rapid breathing or panting; and weakness.
- Keep the victim lying down and covered up only enough to maintain body heat.
- Do not move the victim unless absolutely necessary and get him immediate medical attention
- Do not become a casualty yourself

**Special Note:** A quick, calm response to any emergency situation is imperative. Good first aid skills are needed to prevent further injury and to keep any injury from getting worse and possibly even saving a co-worker's life. However, when providing first aid care, one should never exceed the level of training.

**Review these principles:**

- Know your limitations – Give only the first aid you are qualified to perform.
- In a medical emergency, always get qualified medical attention to the victim promptly.
- In any emergency, give urgent care first.
- Don't ever give anyone CPR unless you are trained to do so.
- Always bring help to the victim; do not move an injured person unless absolutely necessary.
- Always know the location of your first aid kits.

**Conclusion:** Knowing how to properly respond to serious injury accidents requires skills developed through study and training. The effort you expend to learn first aid skills is worthwhile because someday they may help you to save a life.

**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.*

Lugar de trabajo: \_\_\_\_\_ Instructor: \_\_\_\_\_ Fecha/Hora: \_\_\_\_\_

## **Tópico C105: Principios de Primeros Auxilios**

**Introducción:** Situaciones médicas de emergencia puede ocurrir en cualquier momento, en cualquier lugar y a cualquier persona. Trabajadores con capacitación en primeros auxilios son capaces de reaccionar con calma y hábilmente en una situación de emergencia. Los siguientes son los elementos básicos inmediatos de primeros auxilios de emergencia:

**Ver la situación y hacer una evaluación cuidadosa:**

- Determinar la causa de la lesión, accidente o enfermedad.
- No se convierta en víctima de sí mismo.

**Pida ayuda:**

- Si usted no está solo asigne a alguien que pida ayuda inmediatamente.
- Si usted está solo tendrá que determinar la gravedad de la lesión y puede ser necesario proporcionar primeros auxilios y luego dejar a la víctima para pedir ayuda.

**No mueva a la víctima si:**

- Hay aparente lesiones de la columna vertebral, espalda o cuello.
- Existe la posibilidad de agravar la lesión.

**Nota Especial:** Víctimas de lesiones de la columna vertebral, espalda y cuello sólo deben ser movidos si la víctima se encuentra en mayor peligro al *no* ser movida.

Víctimas de lesiones de la columna vertebral, espalda y cuello sólo deben ser movidos si la víctima se encuentra en mayor peligro al *no* ser movida.

**Si es necesario, limpiar las vías respiratorias:**

- La falta de oxígeno puede causar daño cerebral y puede matar a una persona en pocos minutos.
- Si una persona no puede hablar, toser o respirar, las vías respiratorias pueden estar obstruidas.

**Controle el sangrado abundante:**

- Use vestirse limpia para controlar la pérdida de sangre mediante la aplicación constante de presión directa.
- Si es posible, eleve la herida por encima del corazón o cerca del punto de presión.
- Evitar el uso de torniquete a menos que la persona esté en peligro de morir desangrada y usted ha sido entrenado para aplicar una.

**Tratamiento por conmoción:**

- Señales incluyen: Piel fría y pálida, náuseas, pulso rápido y débil, respiración rápida o jadeo y debilidad.
- Mantenga a la víctima acostada y cubierto sólo lo suficiente para mantener el calor del cuerpo.
- No mueva a la víctima a menos que sea absolutamente necesario y dele inmediata atención médica.
- No se convierta en víctima de sí mismo.

**Nota Especial:** Una respuesta rápida, calmada a cualquier situación de emergencia es imperativa. Buenas habilidades de primeros auxilios son necesarias para prevenir una lesión mayor y evitar que empeore cualquier lesión e incluso salvar la vida de un compañero de trabajo. Sin embargo, al prestar el servicio de primeros auxilios, uno nunca debe exceder el nivel de formación.

**Revise estos principios:**

- Conocer sus limitaciones – De sólo los primeros auxilios que está calificado para dar.
- En una emergencia médica, siempre obtenga a la víctima inmediata atención médica calificada.
- En cualquier emergencia, recuerde dar atención urgente primero.
- Nunca dé CPR a alguien, a menos que esté capacitado para hacerlo.
- Siempre lleve ayuda a la víctima; no mueva a una persona lesionada a menos que sea absolutamente necesario.
- Siempre sepa la ubicación de los botiquines de primeros auxilios.

**Conclusión:** Saber cómo responder adecuadamente a accidentes con heridos graves requiere desarrollar habilidades a través de estudio y formación. El esfuerzo que se gasta para aprender técnicas de primeros auxilios vale la pena porque algún día puede ayudar a salvar una vida.

**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.*