



REVISE ✓

Revise el sitio para asegurarse que esté seguro.
Examine a la víctima para ver su estado de conocimiento, respiración, señales de vida, y si hay sangrado severo.

LLAME ✓

Llame al 9-1-1 o al número local de emergencia.

ATIENDA ✓

Atienda las condiciones que usted identificó.

CONTROL DEL SANGRADO EXTERNO

CONSEJO: Siempre que atienda a una persona, utilice guantes desechables y otro equipo de protección personal, y obtenga consentimiento. Después de revisar el lugar y a la persona lesionada o enferma:

Paso 1 CUBRA LA HERIDA
Cubra la herida con un gasa estéril.

Paso 2 APLIQUE PRESIÓN DIRECTA HASTA QUE PARE EL SANGRADO



Paso 3 CUBRA LA GASA CON UNA VENDA
Revise la circulación, examine más que la lesión (chequee sensibilidad, temperatura y color) en dónde no hay lesión.



Paso 4 APLIQUE MÁS PRESIÓN Y LLAME AL 9-1-1
Si el sangrado no se detiene:

- Aplique más gasas y vendas.
- Tome medidas para reducir al mínimo el estado de shock.
- Continúe aplicando más presión.
- LLAME AL 9-1-1 o al número local de emergencia si aún no lo ha hecho.

CONSEJO: Lávese las manos con agua y jabón después de atender a una persona.

DÉ ATENCIÓN PARA EL ESTADO DE SHOCK

El sangrado grave puede causar estado de shock. Observe si la persona presenta estas señales y siga los siguientes pasos:

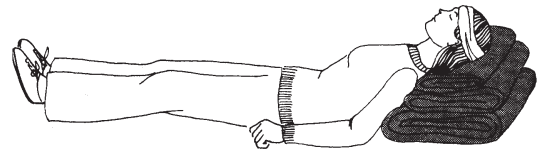
SEÑALES:

- Nerviosismo o irritabilidad
- Nivel de consciencia alterado
- Náuseas o vómitos
- Respiración y pulso rápidos
- Piel pálida, cenicienta o lívida, fría y húmeda
- Sed excesiva

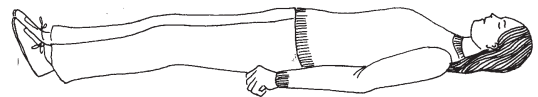
ATENCIÓN:

- Acueste a la persona.
 - El ayudar a que la persona descansa en una posición más cómoda puede reducir el dolor.
- Evite que la persona se enfríe.
 - Si la persona siente frío, cúbrala con una cobija o con ropa para evitar escalofríos.
- No le dé nada de comer ni de beber.
 - La condición de la persona podría requerir cirugía.
- Tranquile a la persona.
- Vigile la respiración y cualquier cambio en el estado de la persona.
- Atienda a la persona según las condiciones que presente.

Posiciones



Si la víctima consciente tiene una herida en la cabeza o está teniendo problemas de respiración, eleve la cabeza y los hombros



Si hay lesión de la cabeza, cuello o espalda o si no se sabe la condición de la víctima, manténgala plana.



Si hay sangramiento por la boca, vómito o posibilidad de que pueda vomitar, voltee de lado a la víctima.



TIPO DE LESIÓN O PADECIMIENTO

SEÑALES Y SÍNTOMAS

PRIMEROS AUXILIOS

FRACTURAS Y DISLOCACIONES

- Dolor y sensibilidad
- Dificultad al mover alguna parte herida
- Deformidades obvias
- Hinchazón y decoloración

- Evite mover huesos rotos, articulaciones dislocadas o articulaciones adyacentes.
- Entablille la parte lesionada sólo si es necesario mover a la persona y si puede hacerlo sin causarle más dolor o daño.
- Atienda a la persona en estado de 'Shock' y LLAME al 9-1-1.

ATENCIÓN PARA UNA LESIÓN REPENTINA

Cuando una persona se enferma repentinamente, él o ella a menudo parece enfermo.

Señales comunes incluyen:

- Mareo
- Cambios en el color de la piel (pálida o enrojecida)
- Sudor
- Náusea o vómito
- Diarrea

Algunos padecimientos que surgen de momento pueden también incluir:

- Cambios en conciencia
- Convulsiones
- Parálisis o la incapacidad de movimiento
- Habla confusa
- Dificultad para ver
- Dolores de cabeza severos
- Dificultad para respirar
- Presión o dolor persistente

Atienda primero cualquier condición que ponga en peligro la vida de la persona, luego:

- Ayude a la víctima a descansar cómodamente.
- Evite que la persona se enfríe o se acalore,
- Tranquile a la víctima.
- Revise si hay cambios en el nivel de conciencia o respiración.
- No dé nada de comer o beber a menos que la víctima esté totalmente consciente.

Si la víctima:

- **Vomita** – Colóquela de lado.
- **Se desmaya** – Acuéstela de espaldas con las piernas elevadas de 8 a 10 pulgadas – si es que no sospecha de alguna lesión de la cabeza, cuello o espalda.
- **Tiene una Emergencia Diabética**– Dé a la víctima algún tipo de azúcar - preferiblemente en forma de líquido

Convulsión:

- No sostenga o restrinja a la persona, ni coloque nada entre los dientes de la víctima; remueva cualquier objeto que pueda causarle alguna lesión; coloque algo acojinado bajo la cabeza de la víctima como ropa doblada o una almohada pequeña.

ENVENENAMIENTO

Ejemplos:
Ingestión
Absorción
Inyección
Inhalación

Los Síntomas varían mucho.

Cómo determinar si hay veneno presente:

- Información de la víctima o testigos
- Presencia de un envase de veneno
- Condición de la víctima (inicio repentino de dolor o padecimiento)
- Quemaduras alrededor de los labios, inflamación o sarpullido
- Olor en el aliento
- Pupilas contraídas

Para Todas las Víctimas

- LLAME al 9-1-1.
- LLAME al Centro de Control de Envenenamientos (800) 222-1222.
- Guarde la etiqueta o envase para identificación.
- Guarde una muestra del vómito.

Para Víctima Consciente

- Haga que la víctima descanse cómodamente.
- Llame al Centro de Control de Envenenamientos.
- No dé nada de beber ni induzca el vómito a menos que se lo haya instruido el Centro de Control de Envenenamientos.

Para Víctima Inconsciente

- Coloque a la víctima de lado.
- Mantenga abierta la vía respiratoria.
- Si es necesario, dé Respiración Artificial o Resucitación Cardiopulmonar hasta que llegue el personal de rescate y se haga cargo de la persona.
- No dé líquidos ni induzca el vómito.

BOTIQUÍN DE PRIMEROS AUXILIOS

Disponible en su Cruz Roja Americana más cercana

Consejos para el botiquín de primeros auxilios:

- Esté preparado para una emergencia.
- Tenga un botiquín de primeros auxilios en su hogar y en el automóvil.
- Lleve un botiquín de primeros auxilios cuando haga actividades al aire libre.
- Sepa dónde está el botiquín de primeros auxilios en su lugar de trabajo.
- Revise y reemplace regularmente las baterías y las provisiones en su botiquín de primeros auxilios.
- Personalice su botiquín de primeros auxilios añadiéndole medicinas sin receta (para el dolor, tabletas para la gripe, medicina para controlar la diarrea, etc.).
- Mantenga una reserva de emergencia de cualquier medicina recetada (o la receta) de usted o la de cualquier miembro de su familia para asegurar su bienestar.

Un Botiquín de Primeros Auxilios debe incluir:

- Una linterna pequeña (con baterías y bombillos adicionales)
- Tijeras y pinzas
- Cobija de emergencia
- Vendas y gasas triangulares y de diferentes tamaños
- Toallitas antisépticas (limpiador para manos)
- Cinta y vendas adhesivas (diferentes tamaños)
- Guantes desechables
- Protección para dar respiración artificial o una mascarilla
- Bolsas plásticas y empaques fríos
- Lista de teléfonos de emergencia
- Copia del libro de Primeros Auxilios de la Cruz Roja Americana.

¡Visite nuestro sitio web para encontrar la oficina de Cruz Roja Americana más cercana a Usted, y regístrese en un curso de RCP o de Primeros Auxilios!

www.redcross.org



American Red Cross