

Dirección Ejecutiva de Salud Ambiental

Dirección de Salud Ocupacional

LA SALUD Y SEGURIDAD DE LOS RECICLADORES



Gerencia Regional
de Salud

**ESTAMOS TRABAJANDO POR LA SALUD
DE NUESTRO PUEBLO
Por su desarrollo humano**

**LA LIBERTAD
AVANZA**

Los objetivos de este módulo

1. Conocer los conceptos básicos de seguridad y salud ocupacional y conocer la importancia de la prevención en el trabajo.
2. Conocer la situación actual de salud ocupacional, los accidentes y enfermedades más frecuente entre los recicladores.
3. Conocer los procedimientos básicos para brindar primeros auxilios en caso de accidentes.
4. Comprender la importancia de aplicar las Normas y estándares de seguridad en el trabajo.

La salud

- “*La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no sólo la ausencia de enfermedad o dolencia*”. OMS 1947.
- Es condición indispensable del desarrollo humano.
- Implica que todas las necesidades fundamentales de las personas estén cubiertas: afectivas, sanitarias, nutricionales, sociales y culturales. Esta definición es utópica pero a ello debemos orientar nuestro quehacer.



MENTAL

No permitas
que el equilibrio
se rompa



SOCIAL



FÍSICO

Organización Mundial de la Salud (OMS): “La salud es el estado completo de bienestar físico, psíquico y social, y no sólo la ausencia de afecciones y enfermedades”.



LEY GENERAL DE SALUD Nº 26842

- *El derecho a la protección de la **salud** es irrenunciable. El concebido es sujeto de derecho en el campo de la **salud**.*
- *La **salud** Pública es responsabilidad primaria del Estado. La responsabilidad en materia de **salud** individual es compartida por el individuo, la sociedad y el Estado.*
- *Es responsabilidad del Estado vigilar, cautelar y atender los problemas de desnutrición y de **salud***

FACTORES DE RIESGO EN EL TRABAJO

Factores de Riesgo ocupacional

RIESGO.- Es la probabilidad de que ocurra o no un accidente de trabajo o daño a la salud.

- Los riesgos no surgen por obra de la casualidad.
- Tampoco se trata de riesgos que sean incontrolables.
- Así, por muy inesperados, repentinos e indeseados que sean los accidentes, ellos casi siempre se deben a causas que son prevenibles, que se pueden evitar y disminuir.



¿Percibimos los riesgos de la misma manera?
La importancia de estudiar el riesgo percibido
por el trabajador.



... Factores de riesgo ocupacional

- El tipo de riesgo y de accidente varía según la ocupación, puede afirmarse que cada actividad o industria tiene sus propios riesgos característicos, así como accidentes y enfermedades profesionales.
- **Por tanto los recicladores tienen sus propios riesgos.**



Ambiente físico de trabajo

Todo aquello que nos rodea y nos afecta mientras realizamos las tareas.

Pueden ser:

El calor, el frío, los ruidos, las vibraciones de motores o máquinas, las sustancias que se respiran y la poca o mucha luz para trabajar.



En nuestro trabajo, miremos alrededor. ¿Cómo está nuestro ambiente?
¿Hay algo que podamos hacer para mejorarlo?



c) ¿Qué es un contaminante?

Un contaminante, es algo que al entrar en contacto con nosotros nos produce algún daño, también a las plantas y animales.

Por ejemplo, los humos, gases y vapores, aguas residuales industriales de algunas actividades económicas que pueden afectar al trabajador y al ambiente que le rodea.

Estas sustancias contaminantes pueden ingresar al organismo por la nariz, con el aire que respiramos, por la boca, por la piel, y a través de heridas.



... Contaminante



Algunas sustancias son:

- ◆ **Corrosivas y destruyen la piel,**
- ◆ **irritan las mucosas de las vías respiratorias (nariz, garganta, bronquios y pulmones),.**
- ◆ **Otras pueden llegar a asfixiarnos.**
- ◆ **Alergias a la piel o de tipo asmático.**
- ◆ **Sustancias cancerígenas y que pueden llegar a producir alteraciones en los hijos de madres gestantes y algunas pueden ocasionar el mal funcionamiento del hígado, del riñón y de otros órganos de nuestro cuerpo.**

Carga y fatiga

- Todo trabajo, ya sea físico o mental, exige de nosotros un esfuerzo.
- Si tenemos que levantar cajas de un kilo de peso de un lado a otro, durante varias horas, esto, posiblemente, no nos producirá mucho cansancio, pero si las cajas pesan de cinco a diez kilos, en poco tiempo nos sentiremos agotados, cansados, adoloridos y tal vez, hasta enfermos. Sentiremos fatiga.
- Cuando hay fatiga disminuye nuestra capacidad de actuar.



... Carga y fatiga

- ¿Quién no ha sentido alguna vez que “ya no puede pensar”, porque está muy cansado, porque ha estudiado mucho o porque ha trabajado mucho?
- Eso es fatiga mental.
- Es incapacidad para seguir trabajando, debido al cansancio, al exceso de esfuerzo.



...Carga y fatiga

- Se recomienda que la carga de trabajo que soporta una persona sea la adecuada para su edad, su constitución física, su sexo, su entrenamiento y, por supuesto, para su estado de salud.
- Y se recomienda que se busquen las condiciones de trabajo que aligeren, en lo posible, la carga de cada día.



Yangas – Lima – Perú

2005

Los accidentes de trabajo son evitables.

El momento de prevenir es ahora.
Hable con nosotros: 0800-666-6778

SRT  Superintendencia
de Riesgos del Trabajo



Promover la salud y la seguridad en el trabajo es nuestro trabajo.

El trabajo sirve para ganarse la vida. No para perderla.

El momento de prevenir es ahora.
Hable con nosotros: 0800-666-6778

SRT  Superintendencia
de Riesgos del Trabajo



Promover la salud y la seguridad en el trabajo es nuestro trabajo.

¿Qué es un accidente de trabajo?

Accidente de trabajo: Es un suceso repentino que sobreviene por causa o con ocasión del trabajo y que produce pérdidas tales como lesiones personales, daños materiales, impacto al medio ambiente; con respecto al trabajador le puede ocasionar una lesión orgánica, una perturbación funcional, una invalidez o la muerte.



DS N° 009-2005/MT

Incidente

- **Incidente**, que es aquel similar a un accidente pero no causa lesiones ó daños a bienes o procesos.
- Tiene un potencial de lesión que no se produjo por casualidad, pero a mayor número de incidentes va a haber una mayor proporción de accidentes.

ACTOS INSEGUROS

Acciones inseguras provienen de las personas

EJEMPLOS:

1. Usar una picadora de pet en mal estado .
2. Manejar su triciclo en estado alcohólico o bajo efecto de las drogas.
3. No señalar o advertir algún peligro.



... Incidente

Ejemplo: al levantar un paquete con un montacarga, este cae al piso sin golpear a nadie y sin dañar el material que se quería transportar. El resultado fue casual, dado que pudo provocar un accidente.



Importancia de los incidentes

Los incidentes son importantes por 3 razones:

1) El mecanismo que produce un incidente es igual al mismo que produce un accidente. Los dos son igualmente importantes, e incluso, el incidente lo es más porque es un aviso de lo que pudo pasar.

2) Si bien el incidente no produce lesiones ni daños, sí ocasiona pérdidas de tiempo, pues según el ejemplo anterior el operario deberá repetir la tarea.

3) Los incidentes son importantes por su frecuencia.

CONDICIONES INSEGURAS

CAUSANTE: Cuando el ambiente y condiciones de trabajo no son las adecuadas

Piso resbaladizo, aceitoso, mojado, con altibajos. Máquina sin iluminación, deficiente o inadecuada, etc. Equipo de protección en mal estado



Consecuencias inmediatas del AT

- a) Interrumpe el trabajo, el accidentado ya no puede seguir trabajando y el proceso productivo también se ve afectado.
- b) Ocasiona daño físico y sufrimiento al trabajador.



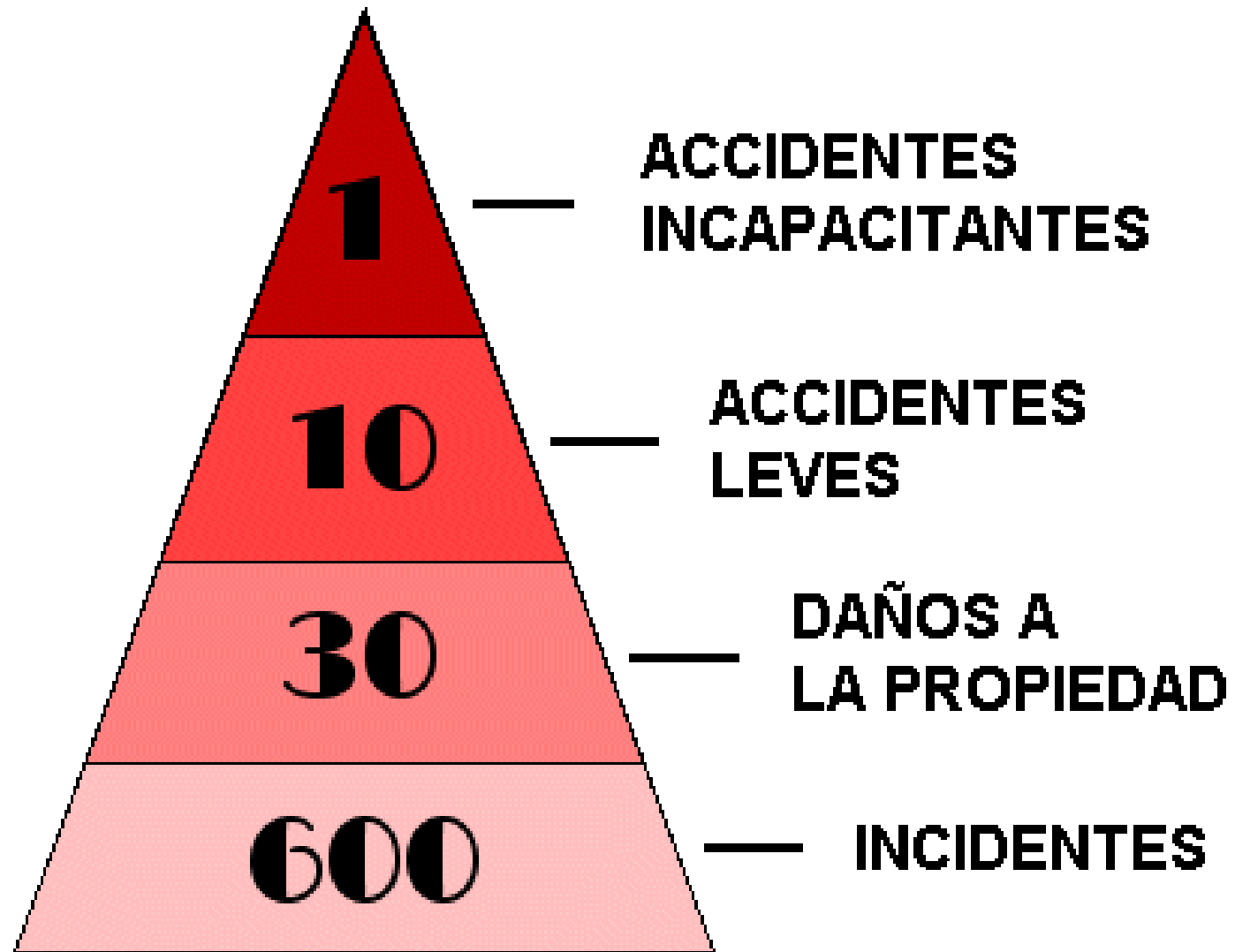
... Consecuencias

- El A de T no se debe a la mala suerte, ni es fruto de la desgracia.
- OIT en las industrias más desarrolladas, los accidentes y las enfermedades ocupacionales se pueden evitar y disminuir.



**Está demostrado que
la PREVENCIÓN es
la mejor receta.**

Por cada accidente con lesión incapacitante
ocurren 600 incidentes



Clasificación de los accidentes

Según la gravedad de las lesiones

• **Accidente Leve**: Como resultado de la evaluación médica, el accidentado debe volver máximo al día siguiente a sus labores habituales.

• **Accidente Incapacitante**: Como resultado de la evaluación médica se determina que el accidente no es leve y recomienda que, el accidentado al día siguiente no asista al trabajo y continúe el tratamiento. El día de la ocurrencia de la lesión no se tomará en cuenta, para fines de información estadística.

• **Accidente Mortal**: Donde la lesión genera la muerte del trabajador, sin tomar en cuenta el tiempo transcurrido entre la fecha del accidente y el deceso.

Los accidentes incapacitantes pueden ser:

- **Total Temporal**: Donde la lesión genera la imposibilidad de utilizar una determinada parte del organismo humano, hasta finalizar el tratamiento médico y volver a las labores habituales totalmente recuperado.
- **Parcial Permanente**: Donde la lesión genera la pérdida parcial de un miembro o de las funciones del mismo.
- **Total Permanente**: Donde la lesión genera la pérdida anatómica total de un miembro; se considera a partir de la pérdida del dedo meñique.

... MTPE Causas de accidentes

Falta de control: Debido a fallas o debilidades en el control administrativo de la empresa.

... MTPE Causas de accidentes

Causas Básicas: Debidas a factores personales y factores de trabajo:

- Factores Personales.- Todo lo relacionado al trabajador como persona (conocimientos, experiencia, grado de fatiga o tensión, problemas físicos, fobias, etc.)
- Factores del Trabajo.- Todo lo relacionado al entorno del trabajo (equipos, materiales, ambiente, procedimientos, comunicación, etc.)

Formas de accidente

- Por colisión (con aquellos objetos agudos ó romos que dan por resultados cortes, desgarros, etc.
- Por golpear con ellos
- Por caídas, al tropezar ó resbalar.),
- Por contusión (objetos que caen se deslizan ó se mueven),
- Prensado entre uno ó más objetos, caída en un mismo nivel,
- Caída de un nivel a otro,
- Esfuerzos excesivos,
- Inhalar ingerir ó absorber sustancias tóxicas, electrocución, etc.

La ventaja de conocer la tipología de cada accidente es que a cada tipo le corresponderán medidas específicas de prevención.

ENFERMEDADES OCUPACIONALES

RIESGO QUIMICO

ENFERMEDAD	CAUSA	SINTOMA PRINCIPAL
Enfermedades respiratorias.	Exposición a altas concentraciones de gases y humos generados en los botaderos. Presencia de material particulado. Presencia de polvo, polen, moho,	Dolor de cabeza, Náuseas, Tos, Tos y flema. Dificultad para respirar. Opresión y dolor de pecho. Opresión en el pecho.
Enfermedad causada por plomo (Envenenamiento)	Emisiones de plomo. Quema de baterías, pinturas y soldaduras que contienen plomo	Dolor y cólico abdominal. Estreñimiento. Dificultad para dormir. Dolor de cabeza. Irritabilidad y comportamiento agresivo. Pérdida de memoria (en niños pequeños). Falta de apetito. Asténico y anémico. vómitos, marcha inestable, debilidad muscular

RIESGO FISICO

ENFERMEDAD	CAUSA	SINTOMA PRINCIPAL
Enfermedad por ruido o Hipoacusia (pérdida parcial de la audición)	Ruido de las maquinas y el tránsito vehicular	Dolor de cabeza. Tensión nerviosa. Estrés e hipertensión arterial. Pérdida de la audición

RIESGO BIOLÓGICO

ENFERMEDAD	CAUSA	SINTOMA PRINCIPAL
Enfermedades Gastrointestinales (parasitosis intestinal y diarreas agudas)	<ul style="list-style-type: none">▪ Presencia de mosca, mosquito y roedor.▪ Presencia de hongos y bacterias.	Dolor de estómago. Irritación de la piel, comezón y formación de heridas.
Enfermedades de la piel (Infecciones, micosis)	Presencia de hongos y bacterias.	Irritación de la piel, comezón y formación de heridas. Dolor.

RIESGO ERGONOMICO

ENFERMEDAD	CAUSA	SINTOMA PRINCIPAL
<p>Enfermedades por lesiones a la espalda y las articulaciones (lumbalgias). Hernias en la columna y padecimientos en los huesos y músculos por levantar materiales que son de peso excesivo para una sola persona.</p>	<p>Realizar movimientos repetitivos con posturas inadecuadas.</p> <p>Levantar en forma incorrecta la carga</p>	<p>Dolor intenso Dolor agudo en la espalda baja, que se intensifica con los movimientos o actividades tales como agacharse, toser, o estornudar. Calambre muscular. Ciática (dolor, ardor, hormigueo y entumecimiento que se extienden desde un glúteo hasta la pierna o pie). Pérdida de la función de una pierna</p>

EQUIPO ESTANDAR DE PROTECCIÓN PERSONAL



Gorro o casco.

Lentes

Mascarilla.

Uniforme
(overol).

Guantes.

Zapatos de
seguridad/botas.

Vehículos



¿SABIAS QUE?

- 1. Debemos utilizar en forma adecuada el equipo de protección personal según la actividad que vamos a realizar (recolección, transporte o acondicionamiento de los residuos sólidos).
- 2. El equipo debe estar en buen estado, sino es mejor cambiarlo por otro nuevo.
- 3. No debemos llevar los equipos de protección personal a casa.
- 4. El equipo debe guardarse en un lugar limpio y seguro.
- 5. El equipo es de uso individual y no debe compartirse.
- 6. Los vehículos también deben ser limpiados y desinfectados, periódicamente



Características de los equipos de protección personal

Protección	Equipo	Características	Riesgos que protege
Extremidades y tronco	<p>Ropa de trabajo (uniforme)</p> 	<p>Uniforme resistente y cómodo de color azulino y con cinta reflexiva de 2 pulgadas de ancho. En el caso de madres gestantes, utilizar overol de maternidad</p>	<p>Gérmes, salpicaduras, frío y calor en el trabajo</p>
Cabeza	<p>Gorro</p>  <p>Casco</p> 	<p>Gorra que cubra el cabello (recolección).</p> <p>Casco resistente a los golpes (centro de acopio).</p>	<p>Gérmes que afectan el cuero cabelludo, la insolación, dolor de cabeza por el sol.</p> <p>Casco para proteger de golpes.</p>

Características de los equipos de protección personal

Protección	Equipo	Características	Riesgos que protege
Ojos	Anteojos 	Anteojos sin aberturas a los costados	Protección del polvo, vapores, salpicaduras.
Pies	Botas, zapatos o Zapatillas. 	Botas de cuero con punta de acero (Centro de acopio) Zapatillas o zapatos (Recolección)	Golpes y/o caída de objetos, resbalones
Manos	Guantes 	Guantes de cuero y/o Guantes de nitrilo.	Cortes con objetos, quemaduras y contacto con gérmenes

Características de los equipos de protección personal

Protección	Equipo	Características	Riesgos que protege
Nariz	Mascarilla 	Mascarilla con filtro de repuesto	Inhalación de polvo, vapor, humo, gases.
Oído	Tapones Auditivos 	Tapones auditivos de espuma (centro de acopio).	Ruidos fuertes que ocasionan pérdida de audición.

Salud Ocupacional

- La Salud Ocupacional disponen de una serie de recomendaciones para la prevención de los accidentes y/o enfermedades ocupacionales o relacionadas con el trabajo.
- Son dos áreas definidas que requiere la S.O:
 1. Higiene y seguridad y
 2. Medicina Ocupacional.



SALUD OCUPACIONAL

- **¿Qué es salud ocupacional?**

Consiste en cuidar nuestra salud durante nuestro trabajo de reciclaje; previniendo accidentes, y enfermedades.

- **¿Qué es seguridad ocupacional?**

Es prevenir y corregir las condiciones y actos inseguros que causan accidentes.

Ejemplo: Si manejas el triciclo a gran velocidad puedes sufrir un accidente.

Higiene y seguridad.

Normas básicas de seguridad para el reciclador

Normas básicas de seguridad son reglas a seguir en la manera de comportarnos (conducta) en las tareas y actividades que realizamos diariamente.

Normas generales de seguridad para el reciclador

DURANTE EL RECOJO SELECTIVO DE RESIDUOS SÓLIDOS

- Está prohibida la recolección de residuos peligrosos.
- Se deberá contar con el carnet de vacunación contra tétano y la hepatitis B.

Se recomienda:

Dar mantenimiento constantemente al vehículo de recolección de residuos.

DURANTE LA OPERACIÓN EN UN CENTRO DE ACOPIO

- Toda leyenda, aviso o advertencia de seguridad constituyen normas que deben ser cumplidas.
- Todo trabajador deberá contar con el equipo de protección personal adecuado.
- Deberá contar con un sistema contra incendios (extintores vigentes) y dispositivos de seguridad.
- Señalizar las áreas de tránsito del personal y vehículos de transporte.

Normas generales de seguridad para el reciclador

¿Cómo recoger una carga de manera manual?

Paso 1: Tener buen equilibrio

Doblar las rodillas.

Paso 2: Levantar la carga

- Sujetar la carga con la palma de la mano y con los dedos.
- Comenzar a mover la carga utilizando el peso del cuerpo.
- Conservar la carga entre los hombros y la cadera.



Sabías que...?

Siempre es mejor empujar un peso que jalarlo porque jalar causa tensión sobre la parte inferior de la

Consejos para recoger una carga de manera manual



1. Apoyar los pies firmemente.
2. Separar los pies a una distancia aproximada de 50 cm uno de otro.
3. Doblar la cadera y las rodillas para recoger la carga.
4. Mantener la espalda recta.

Consejos para recoger una carga de manera manual



NO HACER

- 5 . Mantener la carga tan cerca del cuerpo como sea posible, pues aumenta mucho la capacidad de levantamiento.
- 6 . No levantar una carga pesada por encima de la cintura en un solo movimiento.
- 7 . Aprovechar el peso del cuerpo de manera efectiva para empujar los objetos y tirar de lado para provocar el rodamiento de ellos.
- 8 . Mantén los brazos pegados al cuerpo y lo más tensos posibles.
- 9 . Cuando las dimensiones de la carga lo aconsejen, no dudes en pedir ayuda a tu compañero .

Consejos para recoger una carga de manera manual



NO HACER



NO HACER



NO HACER

- 10 . Nunca girar el cuerpo mientras se sostiene una carga pesada.
- 11 . Una carga excesiva lesiona rápidamente la espalda.
- 12 . Mantener la espalda recta y levantar la carga con apoyo de las piernas.
- 13 . Nunca levantar la carga con las piernas rectas.

Atención a la columna

- Ojo! Una mala postura puede ocasionar lesiones en la columna.



Características del centro de acopio e instalación de comercialización

1. Contar con luz
2. Tener áreas ventiladas
3. Los pisos y paredes deben ser impermeables y lavables
4. Tener señales de seguridad del Instituto Nacional de Defensa Civil - INDECI
5. Tener extintor
6. Contar con servicios higiénicos

Distribución en el centro de acopio

	PAPEL, CARTÓN	VIDRIO	METALES	PLASTICO	PET		
10 m							ZONA DE ALMACENAMIENTO
	ZONA DE TRATAMIENTO DE RESIDUOS SÓLIDOS INORGÁNICOS						SS.HH
	PESADO DE MATERIALES						ÁREA ADMINISTRATIVA
				ENTRADA			

70 m

Medicina Ocupacional

Vigilancia de Factores de Riesgo

- Es la identificación sistemática de condiciones, situaciones o características del ambiente de trabajo que se constituyen en factores de riesgo.

Prevención

Adoptar las más adecuadas medidas de seguridad en cada centro de trabajo, así como a crear las condiciones y el ambiente ideales para que la mujer y el hombre que trabajan no sufran consecuencias que pueden llegar a ser desastrosas, como la invalidez y la muerte.



...

por ejemplo:

- postura adecuada para cada labor, sillas, mesas y mobiliario que faciliten la tarea y disminuyan el esfuerzo, uno o varios momentos de descanso, y
- un trabajo organizado de tal modo que permita que al final del día regresemos a casa “cansados”, pero no “fatigados”.



En las Condiciones de Trabajo...



**LA INFORMACIÓN
ES LA MEJOR PREVENCIÓN**

ANTE UN ACCIDENTE



Protege

Antes de salir, tenes de tener seguridad de que todo el accidente es como nosotros hemos pensado para de todo posible.



Avisa

Antes que salgas, asegúrate de que tienes un teléfono, que tienes un teléfono, que tienes un teléfono, que tienes un teléfono.



Socorre

Antes de salir, asegúrate de que tienes un teléfono, que tienes un teléfono, que tienes un teléfono, que tienes un teléfono.

“El que no previene,
accidentes tiene”



Cómo prevenir los accidentes

- Supervisión de las condiciones de HIGIENE Y SEGURIDAD EN EL TRABAJO.
- Mejorar las condiciones de trabajo.
- Uso adecuado de las herramientas, máquinas, equipos, materiales y todo lo relacionado con el manejo de ellas, como su mantenimiento, almacenamiento, orden, limpieza, etc.



PRIMEROS AUXILIOS

PRIMEROS AUXILIOS

PRINCIPIOS:

1. Asistencia inmediata a víctimas de accidentes antes que llegue el personal médico especializado.
2. El PAS:
3. Proteger a la víctima y nosotros mismos.
4. Avisar del accidente ocurrido.
5. Socorrer a la víctima revisando: conciencia, respiración y pulso.
6. El auxilio oportuno puede salvar vidas.
8. Debemos estar preparados.

¿Qué son los primeros auxilios?

Primeros auxilios es la asistencia inmediata que se da a las víctimas de accidentes, antes de que llegue personal médico especializado. El objetivo de ello es detener y, si es posible, revertir el daño ocasionado en el accidente

Primeros auxilios. Se debe saber

- Saber lo que no se debe hacer es tan importante como saber qué hacer, porque una medida terapéutica mal aplicada puede producir complicaciones graves.

10 ASPECTOS IMPORTANTES EN CASO DE ACCIDENTES

1. **CONSERVAR LA CALMA.**
2. **EVITAR AGLOMERACIONES QUE ENTORPEZCAN LA LABOR DEL SOCORRISTA.**
3. **SABER IMPONERSE (HACERSE CARGO DE LA SITUACION).**
4. **NO MOVER AL LESIONADO (PARA EVITAR LESIONES MAS GRAVES).**
5. **EXAMINAR AL HERIDO (EVAL. PRIMARIA Y SECUNDARIA).**
6. **TRANQUILIZAR AL HERIDO (BRINDAR CONFIANZA).**
7. **MANTENER CALIENTE AL HERIDO.(PARA EVITAR SHOCK)**
8. **AVISAR AL PERSONAL DE EMERGENCIA (CRUZ ROJA, BOMBEROS, DEFENSA CIVIL, ETC...)**
9. **TRASLADO ADECUADO (NO EN VEHICULO PARTICULAR SINO EN VEHICULO DEBIDAMENTE ACONDICIONADO).**
10. **JAMAS DAR MEDICAMENTOS, ESTA ES UNA FUNCION EXCLUSIVA DEL MEDICO.**

QUE DEBEMOS HACER?

- JAMAS DEBEMOS MOVER AL PACIENTE, ASÍ SEA QUE RESPIRE, ESTO SOLO LO HAREMOS CUANDO DESCARTEMOS CUALQUIER FRACTURA O SE ENCUENTRE EN UN LUGAR DE INMINENTE PELIGRO.
- JAMAS DEBERA EXPONER UN SOCORRISTA SU VIDA POR SALVAR LA DEL ACCIDENTADO YA QUE ESTO TRAERA PEORES CONSECUENCIAS, SIEMPRE ESPERE A QUE LLEGUE UN EQUIPO ESPECIALIZADO DE SALVAMENTO.
- SI YA HEMOS DESCARTADO CUALQUIER FRACTURA LO COLOCAREMOS EN UNA POSICION DE SEGURIDAD PARA EVITAR QUE SE AHOQUE CON EL VOMITO.
- NUNCA DAR NADA DE BEBER



¿Cómo actuar frente a una emergencia?

PROTEGER	AVISAR	SOCORRER
Siempre debemos estar seguros que tanto el accidentado como nosotros mismos estamos fuera de peligro.	Siempre que nos sea posible, debemos avisar a los servicios sanitarios —médico, ambulancia, otros— que ha ocurrido un accidente	Para ayudar a nuestro compañero realizamos una evaluación primaria revisando sus signos vitales: a) conciencia , b) respiración y c) pulso . siempre en este orden.

Precauciones generales para prestar primeros auxilios

1. Primer paso

1: Aplicar frío

Colocar encima del golpe, hielo envuelto en un paño limpio o compresa.



2. Segundo paso

2. Si hay fractura Inmovilizar

Si existe fractura cerrada, evitar desplazar o manipular al paciente



3. Tercer paso

3. Desinfectar

Si es fractura abierta, primero desinfectar, después colocar gasa esterilizada y luego inmovilizar.



4. Trasladar al centro de salud mas cercano

¿Cómo atender en caso de heridas profundas?

1. Compresión



Presionar directamente sobre la herida con un paño limpio, por 5 a 10 minutos, si el paño se llena de sangre, aplicar otro

2. Desinfectar la herida



Aplicar desinfectante o alcohol con una gasa estéril alrededor de la herida.

3. Cubrir la herida



Cubrir con gasas estériles y sujetarlo con un vendaje apretado.

4. Trasladar al centro de salud mas cercano

¿Cómo atender en caso de quemaduras?

Agentes físicos:

Causados por planchas, líquidos, etc. en estado caliente o llama

Paso 1. Retirar la ropa que no está quemada

Paso 2. Aplicar frío
Irrigar con abundante agua limpia el área

Paso 3. Verificar la presencia de ampollas rotas

Paso 4. Trasladar al centro de salud mas cercano



Agentes químicos:

Ácidos, ejemplo: a. Clorhídrico (a. muriático), sulfúrico (presente en envases de pintura), etc.
Álcalis como hidróxido de sodio (soda cáustica o lejía).

Paso 1. Aplicar frío

a). Lavar con abundante agua corriente el área afectada por un tiempo no menor de 30 minutos.

b) Para quemaduras provocadas por ácido sulfúrico, aplicar paño seco, no aplicar agua porque esta sustancia química reacciona con el agua aumentando la quemadura



HEMORRAGIAS Y VENDAJES.

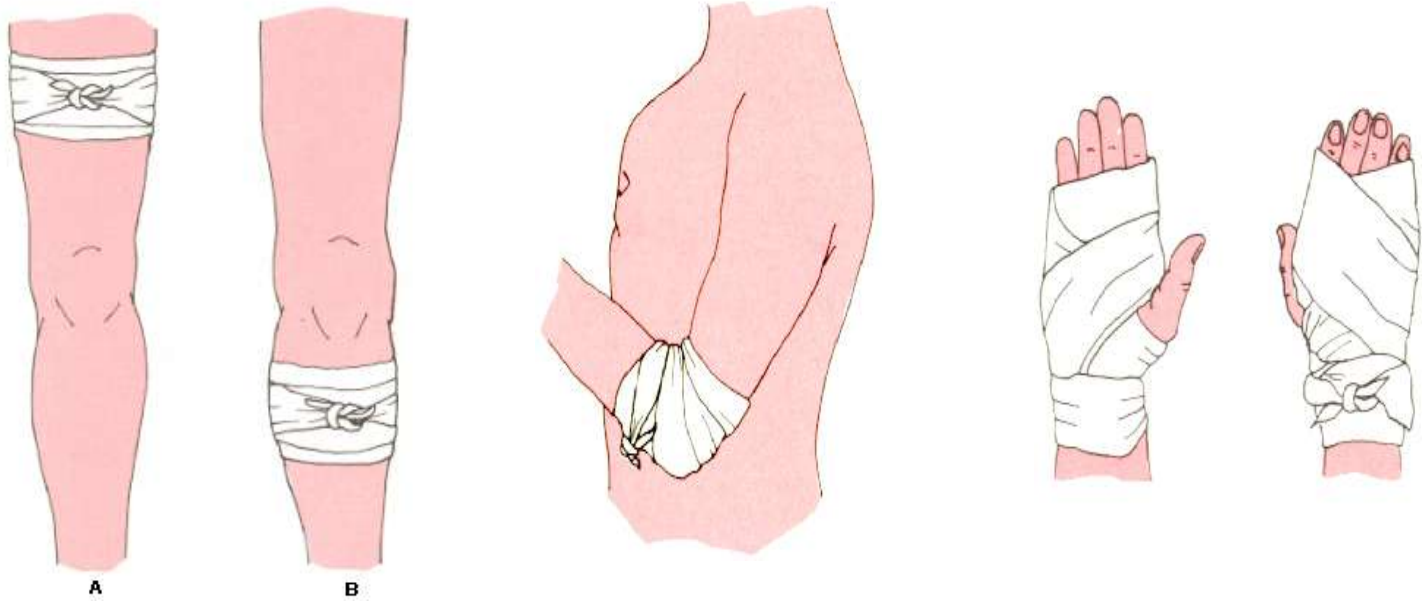
– ***NUNCA PONER TORNIQUETE EXCEPTO:***

- Si corre peligro la vida de la víctima.
- Si hay amputación.
- Prestar atención a la gangrena.
- Hora en que se puso.

Utilizar el torniquete SÓLO
COMO ÚLTIMA MEDIDA en caso
de que el sangrado no cese y la
situación ponga en peligro la vida



4.- HEMORRAGIAS Y VENDAJES.



¿Cómo atender en caso de quemaduras?

Paso 1. Cortar el fluido eléctrico.

Bajar la palanca de la llave principal de energía.



Paso 2. Protección de la persona que presta primeros auxilios

Pisar un material aislante seco, como madera o caucho, luego empujar con una madera a la Persona electrocutada.



Paso 3. Control del pulso y la respiración.

Si se presenta un paro cardio-respiratorio (ausencia de respiración y pulso), realice reanimación cardiopulmonar .



Paso 4. Trasladar al centro de salud mas cercano

¿ Sabías que... ?

Un paro cardio-respiratorio es la interrupción repentina y simultánea de la respiración y el funcionamiento del corazón, debido a la relación que existe entre el sistema respiratorio y circulatorio.

Puede producirse el paro respiratorio y el corazón seguir funcionando, pero en pocos minutos puede sobrevenir el paro cardíaco cuando no se presta el primer auxilio inmediatamente.

¿Cómo se realiza una reanimación cardiopulmonar?

Paso 1. Evaluación del estado de conciencia.

Arrodílese al lado de la víctima y pregúntele ¿Está usted bien?.



Paso 2. Posición de la víctima para aplicar la RCP.

Si no tiene pulso y no respira, coloque al paciente boca arriba, sobre una superficie dura, plana y horizontal.



¿Cómo se realiza una reanimación cardiopulmonar?

Paso 3. Apertura de la vía aérea

- Extiéndale la cabeza hacia atrás, colocando una mano en la frente y la otra en el mentón.
- Acerque el oído a la boca de la víctima.
- Observe si eleva el pecho Escuche si entra y sale el aire.
- Si el paciente no respira continuar con el siguiente paso



Paso 4. Respiración boca a boca.

- Tape las fosas nasales de la víctima con los dedos de la mano.
- Apoye su boca sobre la de la víctima (manteniendo la unión sellada por la presión) y sople con intensidad, como si estuviera inflando un globo.
- Repita esta operación dos veces hasta lograr que el pecho de la víctima se eleve con cada soplo.



¿Cómo se realiza una reanimación cardiopulmonar?

Paso 5. Tomar el pulso

- Coloque los dedos sobre la manzana de adán y deslícelos hasta el surco que está a su lado.
- Tome de 5 a 10 segundos para estar seguro de que no hay pulso.
- Si no hay pulso inicie la reanimación.



Paso 6. . Ubicación del punto para el masaje cardíaco para la reanimación.

- Ubique el borde inferior de las costillas.
- Recórralas hasta donde se une con el esternón.
- Señale con dos dedos el esternón y coloque la otra mano a continuación de los dedos.



Pulso Carotídeo



¿Cómo se realiza una reanimación cardiopulmonar?

Paso 7. Ciclo de respiraciones y compresiones

- Alterne 2 respiraciones con 15 compresiones a un ritmo de 80 a 100 por minuto.
- Al cabo de 4 ciclos (2 respiraciones y 15 compresiones) verifique si tiene pulso.
- No interrumpa la RCP por ninguna razón hasta que llegue el equipo médico.

- 2 veces.



- 15 veces.



Paso 8. Traslado al centro de salud más cercano

¿Cómo atender en caso de amputación?

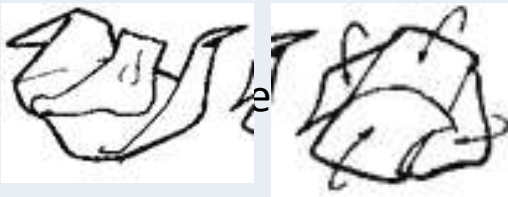
Paso 1: Lave abundantemente el muñón. Lave y desinfecte la herida.

Paso 2: Control de la hemorragia.

Aplique presión directa sobre la herida y eleve el área lesionada

Paso 3: Conservación de la parte amputada.

Envuelva el miembro con
con gasa estéril



Introduzca el miembro
Amputado en una primera
bolsa y ciérrela.



Introduzca la bolsa
anterior en una
segunda bolsa que
contenga hielo
y un poco de agua



Paso 4: Trasladar al centro de salud más cercano, al herido y la pieza amputada.

4.- TRAUMATISMO MEDULAR.

- En vehículos se suele usar el ferno o férula espinal para trasladar.
- Para traslados sin material:
 - Movilización en bloque, con 3 rescatadores girando hacia un lado para introducir camilla.



4.- TRAUMATISMO MEDULAR.

- Movilización en bloque con 3 rescatadores.
Método de la cuchara.



Materiales indispensables para primeros auxilios

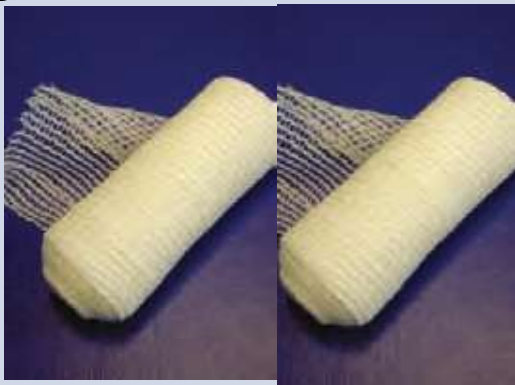
Frasco con Alcohol



Jabón carbólico o agua jabonosa.



Rollo de gasa.



También gasa vaselinada para quemaduras

Algodón



Materiales indispensables para primeros auxilios

Rollo de venda



Esparadrapo.



Guantes estériles desechables



Tijeras pequeñas (punta roma) y pinzas.



Conclusión

- En salud ocupacional la actitud es principalmente preventiva.
- Por dicha razón, la implementación de un Programa de Salud Ocupacional es sumamente importante para poder, detectar los posibles riesgos que podrían ocasionar accidentes o enfermedades a los y las trabajadoras.



GRACIAS

POR SU ATENCIÓN