



PRIMEROS AUXILIOS: RECOMENDACIONES DE PRIMERAS ACTUACIONES

Rev. 00 (julio 2025)



- **HERIDAS:** Lavar con agua y jabón, taponar con gasas o trapo limpio. Si es extremidad colocar en alto y no usar cremas ni algodón o pañuelos desechables. *Valorar por sanitario/a.*



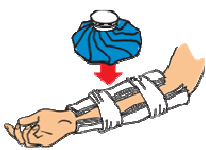
- **QUEMADURAS:** Enfriar la zona quemada con agua fría, trapos limpios húmedos. No reventar ampollas, no aplicar cremas salvo indicación médica. *Valorar por sanitario/a.*



- **HEMORRAGIA NASAL/ EPISTAXIS:** Colocar cabeza hacia adelante, apretar 10´ y taponar las fosas nasales con gasas. Si la hemorragia no cede: *Valorar por sanitario/a.*



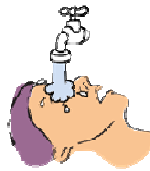
- **TORCEDURAS(ESGUINCES):** Sujetar el miembro afectado en posición cómoda y aplicar frío en zona (no directamente sobre la piel). Evitar vendaje compresivo. *Valorar por sanitario/a.*



- **FRACTURAS (HUESO ROTO):** Colocar al paciente en posición cómoda, inmovilizar el miembro y aplicar frío en lesión. Si herida abierta comprimir con gasas o trapo limpio. *Valorar por sanitario/a.*



- **CUERPO EXTRAÑO EN EL OJO:** Lavar ojo con agua abundante, NUNCA rascar el ojo. Si cuerpo extraño clavado en ojo, NUNCA extraer. *Valorar por sanitario/a.*



- **LESIÓN EN EL OJO (QUIMICOS):** Lavar el ojo con agua abundante (durante 10-15´), tapar. NUNCA rascar el ojo. Llevar muestra del producto al centro sanitario. *Valorar por sanitario/a.*



- **PICADURA DE INSECTO:** Aplicar frío local, lavar herida y extraer aguijón. En CASOS GRAVES (ANAFILAXIA) con dificultad para respirar, mareo e inconsciencia, maniobras RCP y llamar a 112.



- **REACCION ALERGICA:** Aislar de la fuente de alergia administrar y *valorar por sanitario/a.* En caso grave de ANAFILAXIA (dificultad para respirar, mareo e inconsciencia) llamar al 112 y seguir instrucciones.



- **HIPOGLUCEMIA:** Si consciente y capaz de tragar, dar zumos azucarados, fruta o galletas. Si inconsciente llamar al 112, Posición Lateral de Seguridad y seguir instrucciones. *Valorar por sanitario/a.*



- **ATRAGANTAMIENTO:** Si respira, animar a toser. Si no respira, 5 golpes en espalda y si no es efectivo, maniobra de Heimlich. Si inconsciente, llamar 112, maniobra RCP.



- **CONVULSIÓN-ATAQUE EPILÉPTICO:** Dejar convulsionar retirando objetos de alrededor. Al cesar, Posición Lateral de Seguridad hasta llegada de ayuda. No introducir objetos en la boca. Llamar al 112.



Tras la primera actuación con la persona herida, debe ser valorada por un sanitario

