
Organización de los primeros auxilios en la empresa

PID_00266283

Marta Diéguez Rodríguez

Tiempo mínimo de dedicación recomendado: 1 hora



Universitat
Oberta
de Catalunya

Marta Díéguez Rodríguez

El encargo y la creación de este recurso de aprendizaje UOC han sido coordinados por el profesor: Javier Baraza (2019)

Primera edición: octubre 2019
© Marta Díéguez Rodríguez
Todos los derechos reservados
© de esta edición, FUOC, 2019
Av. Tibidabo, 39-43, 08035 Barcelona
Realización editorial: FUOC

Ninguna parte de esta publicación, incluido el diseño general y la cubierta, puede ser copiada, reproducida, almacenada o transmitida de ninguna forma, ni por ningún medio, sea este eléctrico, químico, mecánico, óptico, grabación, fotocopia, o cualquier otro, sin la previa autorización escrita de los titulares de los derechos.

Índice

Introducción	5
Objetivos	6
1. Definiciones	7
2. Planificación de los primeros auxilios	8
2.1. Objetivos de la planificación	8
2.2. Medidas que hay que planificar con relación a los primeros auxilios	9
3. Variables que hay que tener en cuenta en la organización de los primeros auxilios	10
4. Planificación de primeros auxilios	12
4.1. Medios humanos	12
4.2. Formación	12
4.2.1. Todos los trabajadores	12
4.2.2. Socorristas	13
4.3. Instrucción	13
4.4. Coordinación con los servicios externos	13
4.5. Material y local de primeros auxilios	14
4.6. Comprobación periódica	14
5. Nociones básicas en primeros auxilios	15
Bibliografía	17

Introducción

Los primeros auxilios consisten en la asistencia inmediata, adecuada y provisional a una persona indispuesta o que ha tenido un accidente con el objetivo de mantenerla en el mejor estado posible hasta que llegue la asistencia sanitaria. El objetivo de esta asistencia es minimizar los daños a la salud en lo posible.

La empresa es uno de los lugares donde las personas pueden padecer una indisposición o un accidente, y redundaría en favor de todos establecer una buena organización de los primeros auxilios para dar la mejor solución posible a las indisposiciones o lesiones que se produzcan en la empresa.

El artículo 20 de la Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales recoge la obligación del empresario de analizar las posibles situaciones de emergencia y adoptar las medidas necesarias en materia de primeros auxilios (entre otras situaciones de emergencia) de designar suficiente personal encargado, darle la formación necesaria, disponer del material adecuado, organizar las relaciones con el personal externo y comprobar periódicamente que funcionen.

En este módulo intentaremos dar herramientas para poder planificar una buena organización de los primeros auxilios de una empresa para que, en caso de indisposición o lesión, se pueda llevar a cabo la asistencia de forma óptima.

No es objetivo de este módulo formar en la administración de los primeros auxilios, pero en el último apartado se darán enlaces a recursos externos para aquellos alumnos que deseen aprovechar este tema para mejorar su competencia en primeros auxilios (aconsejable para cualquier persona, ya que cualquiera de nosotros nos podemos encontrar en situación de tener que auxiliar a alguien que lo necesite).

Objetivos

Los objetivos del módulo son los siguientes:

- 1.** Entender por qué se deben planificar los primeros auxilios.
- 2.** Aprender a considerar los aspectos de una empresa que deben tenerse en cuenta a la hora de realizar una planificación de los primeros auxilios.
- 3.** Saber qué elementos definen la organización de los primeros auxilios en una empresa.

1. Definiciones

Definiremos algunos términos que iremos usando a lo largo de este módulo:

1) **Primeros auxilios.** Es la asistencia que se presta a la víctima antes de la llegada del personal sanitario. Consiste en medidas sencillas cuyo objetivo es detener el daño y, si es posible, minimizar sus consecuencias.

Por ejemplo apretar con gasas sobre una herida para taponarla y ayudar a parar el sangrado en caso de hemorragia.

2) **Víctima.** Es la persona que está indispuesta o lesionada y requiere de asistencia.

Cuando hay un accidente de tráfico en la llamada a urgencias se hablará del número de víctimas que requieren asistencia.

3) **Emergencia médica.** Situación de riesgo grave para la salud que requiere asistencia inmediata (peligra la vida).

Una parada cardiorrespiratoria sería un ejemplo claro de emergencia médica que no puede esperar.

4) **Emergencia colectiva.** Situación de riesgo grave que afecta a un grupo de personas. La industria, sobre todo la industria química, puede ser causante de emergencias colectivas, también en el sector sanitario podemos tener emergencias colectivas por agentes biológicos.

Se han producido explosiones en fábricas, escapes de agentes químicos peligrosos a la atmósfera o a las aguas de abastecimiento de la población, incendios, etc.

5) **Urgencia médica.** Situación de riesgo para la salud que requiere asistencia.

Las urgencias pueden ser leves (aquellas que si se demora la asistencia no empeora el pronóstico) o graves (aquellas que si se demora la asistencia puede empeorar el pronóstico).

Un ejemplo de una urgencia leve podría ser un dolor de espalda, un ejemplo de una urgencia grave podría ser una crisis de asma.

6) **Socorrismo.** Conjunto de conocimientos de primeros auxilios para realizar una primera asistencia a la víctima.

7) **Cadena de socorro.** Secuencia organizada de las actividades que hay que seguir para movilizar los recursos cuando hay una urgencia.

2. Planificación de los primeros auxilios

2.1. Objetivos de la planificación

Las situaciones de emergencia son inesperadas, pero hay cosas que se pueden prever, y por tanto planificar y trabajar para dar la mejor respuesta posible llegado el momento. Este es uno de los objetivos de la planificación. Imaginemos por ejemplo una situación como esta:

Son las 11 de la noche. Javier y Óscar son trabajadores de limpieza que trabajan en una estación de tren. Han limpiado los trenes y están descansando 5 minutos hasta que llegue un nuevo tren. La estación está casi vacía, pero ven a un señor que camina tambaleándose y, pese a estar prohibido, en vez de ir por el paso subterráneo, salta por la vía para cruzar. A medio camino se desmaya sobre las vías.

Rápidamente se acercan ambos y desde arriba intentan llamar al señor, pero tiene los ojos cerrados y no hace ningún movimiento. Javier y Óscar bajan a la vía y discuten porque Óscar cree que no se puede mover al señor (lo ha visto por la tele), y Javier cree que hay que sacarlo de la vía porque tiene que venir un tren en unos minutos. No ven claro que respire, le buscan el pulso y no lo encuentran. Notan que las vías vibran, no queda mucho para que llegue el tren.

Óscar no lo ve claro, pero hay que hacer algo, así que entre los dos cogen al señor, que pesa más de lo que esperaban, y lo llevan hacia el andén. Javier ve la luz del tren que está a punto de entrar en la estación, deja al señor de golpe y empieza a hacer gestos con las manos para que el tren pare. Mientras Óscar instintivamente ha subido rápidamente al andén al ver el tren que venía.

En el caso de Javier y Óscar una de las cosas que les ha llevado a poner en peligro su vida y la de la persona a la que querían ayudar ha sido que no había una instrucción sobre lo que hacer en caso de que alguien se cayera en la vía del tren, o estos dos trabajadores la desconocían.

No es un caso real, pero sí hay múltiples casos reales en los que personas se ponen en peligro para auxiliar a otras y se producen muertes en cadena (pasa en aproximadamente la mitad de los muertos por asfixia en los espacios confinados). Esto se puede prever y evitar teniendo una buena planificación sobre qué se debe hacer y formando a los trabajadores para que la conozcan.

Otro punto importante que hay que tener en cuenta es que los primeros auxilios que puede ofrecer un socorrista generalmente son básicos y dirigidos a mantener la situación controlada hasta la llegada de la asistencia sanitaria y por tanto, otro objetivo de la planificación de los primeros auxilios debe ser conseguir que la asistencia sanitaria llegue lo antes posible.

El objetivo general de la organización de los primeros auxilios en la empresa es dar la mejor asistencia posible para minimizar los daños a las personas que se lesionen o estén indispuestas hasta la llegada del personal sanitario especializado.

2.2. Medidas que hay que planificar con relación a los primeros auxilios

Para conseguir estos objetivos necesitaremos establecer una planificación de los primeros auxilios integrada en el plan de emergencias. Este sistema planificado de intervención deberá tener en cuenta estos elementos:

- Establecer la cadena de socorro. Se deberá designar a las personas encargadas de administrar los primeros auxilios, pero también la cadena de personas que debe seguirse para llegar hasta ellos (y el medio) en las diferentes circunstancias que prevemos que se puedan dar en nuestra empresa.
- Establecer una instrucción clara y concisa de cómo se ha de actuar y quién lo ha de hacer. Debe incluir una ficha de contactos con el personal sanitario externo.
- Instalaciones y equipamiento de primeros auxilios. Se deberá decidir qué necesitamos y dónde lo ubicamos.
- Formación que se debe impartir a las diferentes personas que deben intervenir en la cadena de socorro.

3. Variables que hay que tener en cuenta en la organización de los primeros auxilios

Para que las medidas tratadas en el apartado anterior sean las óptimas se deben tener en cuenta las características y las dimensiones de la empresa, así como las posibles situaciones de emergencia que se pueden dar.

El artículo 20 de la Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales indica que para establecer las medidas, el empresario debe tener en cuenta el tamaño y la actividad de la empresa, la presencia de personas ajenas, analizar las posibles situaciones, y adoptar las medidas necesarias en materia de primeros auxilios, designando para ello al personal encargado, que deberá poseer la formación necesaria, ser suficiente en número y disponer del material adecuado, en función de las circunstancias. El empresario deberá organizar las relaciones con los servicios externos.

Algunos elementos que nos pueden ayudar para definir lo anterior serían:

- Características del centro de trabajo (no se tendrá que organizar igual la cadena de socorro si trabajan todos juntos en una misma nave, que si están dispersos por hectáreas de campos de cultivo).
- Ubicación y entorno (no se tendrá que llegar a la misma profundidad de formación de los socorristas si se trabaja al lado de un hospital que si el centro sanitario está a mucha distancia).
- Actividades y riesgos laborales específicos (no se tendrá que comprar el mismo material de primeros auxilios, ni formar igual en una fundición donde, entre otros, tenemos riesgo de quemaduras, que en una carnicería que tenemos especialmente riesgo por cortes).
- Números de trabajadores y turnos (para decidir el número de personas designadas, por ejemplo).
- Coincidencia de otros trabajadores de otras empresas (se debe coordinar la organización) y la existencia de personas no trabajadoras en el centro (no se debe formar igual a un socorrista de una empresa automovilística que al de una guardería).
- La existencia de personal con formación previa (por ejemplo, sanitarios) que puede facilitar la aplicación de los primeros auxilios.
- Características de los trabajadores de nuestra empresa (enfermedades conocidas, edad, idiomas que conocen y otras características de los trabajadores).

Así, en el caso de Javier y Óscar planteado en el apartado 2, tenemos una empresa que se encarga de la limpieza de trenes, con unos pocos trabajadores dispersos por algunas

estaciones. Habrá que tener en cuenta el tipo de trabajo que realizan (de limpieza) con el tipo de riesgos (manipulan productos de limpieza que pueden ser cáusticos, por ejemplo), que son muy pocos trabajadores por turno y centro de trabajo, en el que puede haber personas ajenas a la empresa de todas las edades y condiciones que pueden dar lugar a situaciones de emergencia. En este caso es especialmente relevante si se encuentran en un centro de trabajo de otra titularidad (la empresa de transporte en tren) con los que hay que coordinarse y que seguramente ya tienen establecido un plan de emergencia con trabajadores formados e instrucciones respecto a primeros auxilios y a cómo actuar en caso de que alguien se caiga en la vía.

4. Planificación de primeros auxilios

4.1. Medios humanos

Son las personas que deben participar en la fase de asistencia a las víctimas, en la cadena de socorro.

Incluye a los que se encuentran a las víctimas y que deben poner en marcha la cadena de socorro, los testigos, también incluye a los socorristas que deben tener una formación específica, y si hay sanitarios ubicados en el centro de trabajo, también los debe incluir.

A la hora de seleccionar a los socorristas deberían ser los suficientes para que siempre haya uno en el centro de trabajo, se suele recomendar que al menos sean dos por turno, aunque dependiendo de las características del centro de trabajo (la dispersión) y el número de trabajadores puede ser adecuado que se designen más. No existe un número legalmente establecido.

Para seleccionar a los socorristas es conveniente que sean voluntarios y tener en cuenta la formación previa (si son sanitarios, por ejemplo) y la aptitud.

4.2. Formación

4.2.1. Todos los trabajadores

Todos los trabajadores de la empresa sin excepción deberían conocer:

- A quién avisar en caso de ser testigos de una urgencia médica (la cadena de socorro).
- Deberían conocer el PAS.

Proteger. Antes de actuar se debe calibrar la situación, debemos tener la seguridad de que tanto el accidentado como nosotros estamos fuera de peligro. Debemos **prevenir** un nuevo peligro.

Avisar. El pronóstico de la emergencia dependerá en muchos casos de la rapidez de la llegada de los servicios asistenciales. Por tanto, en caso de encontrarnos ante una emergencia, cuanto antes se avise a los servicios sanitarios, antes podrán llegar y mejor pronóstico tendrá la víctima.

Socorrer. Mientras esperamos a los servicios sanitarios es cuando se deben aplicar las medidas de primeros auxilios para minimizar los daños de la víctima.

En el ejemplo del apartado 2, Javier y Óscar en la estación de tren no supieron a quién avisar e incumplieron el PAS; se pusieron en peligro ellos y no ayudaron a la víctima.

4.2.2. Socorristas

En todos los centros de trabajo se debe formar a algún personal para dotarle de más conocimientos para impartir los primeros auxilios hasta la llegada de los servicios sanitarios. Su grado de formación debe ser el adecuado y suficiente para cumplir las funciones asignadas, y dependerá de algunos de los factores comentados en el apartado 3, como el tipo de accidentes que podemos tener (formación específica), distancia a la que están los servicios sanitarios más próximos, las características de nuestros trabajadores, la presencia de personal ajeno, etc.

4.3. Instrucción

La empresa debe elaborar una instrucción clara y concisa de quién tiene que actuar y cómo, en caso de haber personas accidentadas o indispuestas. Esta instrucción debe contener una ficha de contacto con los recursos externos. Todos los trabajadores deben poder acceder rápidamente a esta instrucción, por si no la recuerdan, así que debe estar en un lugar bien visible o conocido. También debe ser comprensible para todos los trabajadores, y por ello debe tenerse en cuenta el idioma de los trabajadores.

En la ficha de contactos sería útil incluir el número de teléfono al que llamar (el teléfono 112 es el del Centro Coordinador de Emergencias), la localización del centro del trabajo (es una de las cosas imprescindibles para comunicársela a los servicios sanitarios que acudan) y el número de teléfono desde el que se está llamando. Se debe transmitir también el número de víctimas, su estado, y un punto de encuentro para acceder a las instalaciones.

4.4. Coordinación con los servicios externos

La distancia temporal de la empresa con un hospital es uno de los factores principales determinantes del pronóstico de las emergencias y por ello uno de los objetivos de la planificación es disminuir este tiempo al mínimo posible. Por tanto, debe coordinarse la actuación con los servicios externos, de forma que quede garantizada su rapidez, especialmente si existe alguna dificultad (por ejemplo, que haya dificultades para acceder o encontrar la empresa).

Se ha de definir su prioridad y usarlos adecuadamente. No hace falta llamar al 112 si alguien padece dolor de cabeza o un resfriado, en cambio, hace falta llamarlos si la víctima está en peligro de muerte, si puede empeorar y peligrar su vida, si se le puede causar daño moviéndola, etc.

4.5. Material y local de primeros auxilios

Debe haber un local de primeros auxilios en los centros de trabajo de más de 50 trabajadores (o menos si lo determina la autoridad laboral).

Los locales deben disponer de litera, fuente de agua potable y botiquín. Deben estar cerca de los lugares de trabajo, estar señalizados, tener teléfono y sería conveniente que tuvieran un cartel con el teléfono al que llamar en caso de emergencia y la dirección del centro de trabajo.

Los equipamientos deben estar en función de las necesidades y del personal que lo debe aplicar. Como mínimo todos los centros de trabajo deben disponer de un botiquín portátil, pero es conveniente que haya botiquines repartidos por el centro de trabajo según las necesidades detectadas. El contenido mínimo incluye desinfectantes y antisépticos, gasas estériles, algodón, vendas, esparadrapo, tijeras, pinzas y guantes desechables. Este material puede ampliarse según los conocimientos del personal que lo va a utilizar y las necesidades de la empresa.

La parada cardíaca extrahospitalaria de carácter inesperado es un problema de primera magnitud para la salud pública. En adultos, un 90 % presenta inicialmente una fibrilación ventricular, que puede revertir en un 90 % de los casos si la desfibrilación se lleva a cabo en el primer minuto, mientras que por cada minuto de retraso en su realización las posibilidades de sobrevivir disminuyen. Es por ello por lo que cada vez más centros de trabajo tienen desfibrilador externo automático o semiautomático que puede ser utilizado por personal no sanitario.

4.6. Comprobación periódica

La ley establece que se debe comprobar periódicamente que las medidas programadas en primeros auxilios funcionan correctamente. Para ello sería conveniente hacer simulacros. La formación a los socorristas debe refrescarse periódicamente.

Real Decreto 486/1997

El Real Decreto 486/1997, de 14 de abril, por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo, en su anexo VI habla sobre el material y los locales de primeros auxilios.

Regulación

Aunque existe una regulación estatal (el Real Decreto 365/2009 por el que se establecen las condiciones y requisitos mínimos de seguridad y calidad en la utilización de desfibriladores automáticos y semiautomáticos externos fuera del ámbito sanitario), son las diferentes comunidades autónomas las que establecen sus propias normativas específicas sobre la obligación de tener DEA o DESA, su autorización y la formación requerida para su uso.

5. Nociones básicas en primeros auxilios

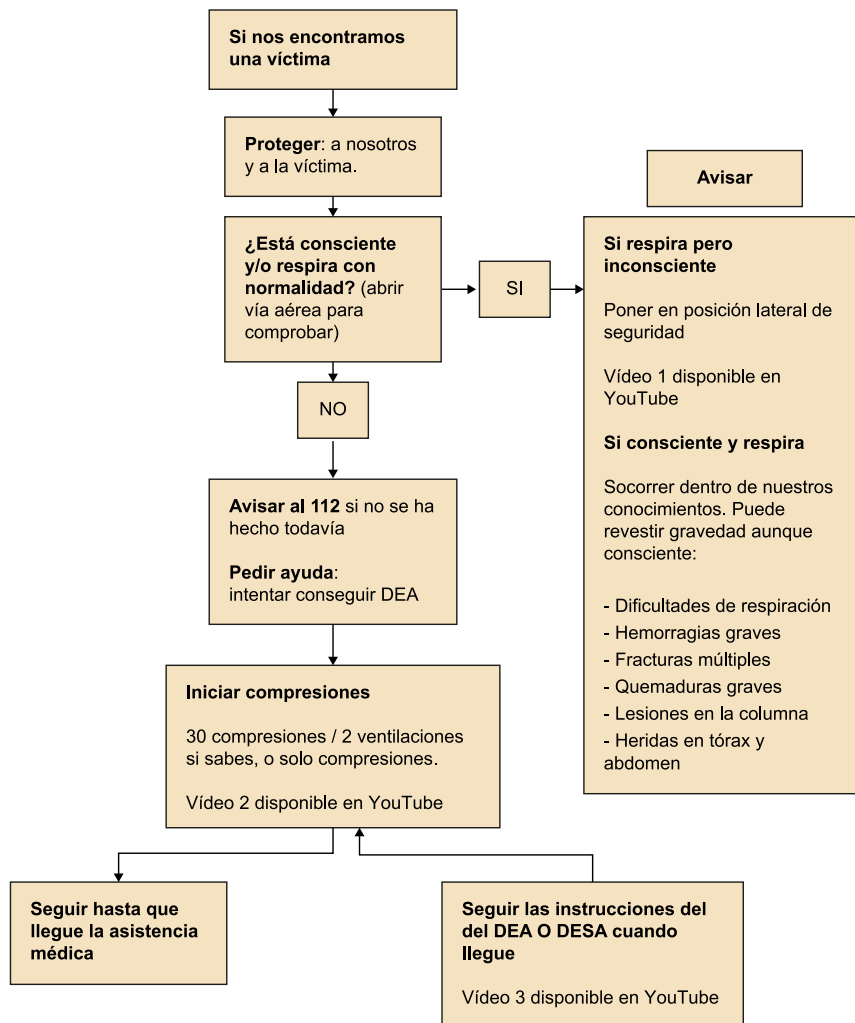
Hay unos principios básicos en primeros auxilios que es bueno que todos conozcamos:

- El orden de actuación PAS: proteger, avisar, socorrer.
- No agravar el daño (si no sabemos qué hacer, centremos los esfuerzos en avisar a alguien que sepa).
- No perder la calma.
- No abandonar a la víctima.
- No mover a la víctima excepto para alejarla de un peligro.

Por otro lado, la supervivencia de las personas que estén en situación de parada cardíaca extrahospitalaria puede mejorar mucho si el testigo sigue un esquema de actuación centrado en la intervención rápida y el inicio temprano de las compresiones cardíacas para establecer cierta circulación hasta que llegue la asistencia, así como el uso de un desfibrilador si está asequible. Por ello también se recomienda que se forme a la mayor cantidad de gente posible en este esquema de actuación, ya que todos podemos ser testigos de una parada cardíaca extrahospitalaria.

En este apartado se facilita un esquema que está basado en el que recomienda el Consejo Europeo de Resucitación, pensando en los testigos de una parada cardíaca en un sitio público. A partir de ese esquema, puede haber muchas variables a tener en cuenta (no es específico del mundo laboral).

El esquema básico de actuación para alguien que no está entrenado en primeros auxilios sería:



Nota

No es el objetivo de este máster, pero los alumnos interesados en mejorar sus competencias en primeros auxilios pueden encontrar múltiples recursos en internet. En el esquema básico están añadidos unos links a unos vídeos realizados por el equipo de Cruz Roja Bizkaia @CruzRojaBizkaia para que se pueda ver cómo se realiza lo que indica el esquema.

Enlaces de la figura

- Vídeo 1: https://www.youtube.com/watch?v=gbsa_uMjHIQ
- Vídeo 2: <https://www.youtube.com/watch?v=FEayzgNGGBQ>
- Vídeo 3: <https://www.youtube.com/watch?v=Wi44mDZzraQ>

Bibliografía

Cruz Roja Bizcaia. Categoría vídeos. *Blog de salud de cruz roja.* @CruzRojaBizkaia

De Montserrat i Nonó, Jaume; Orri Plaja, Assumpció. *Primers auxilis organització i planificació en els centres de treball.* Centre de Seguretat i Salut Laboral de Girona.

Fernández Lozanoa, Ignacio; Urkía, Carlos y otros (2016). «Guías de resucitación cardiopulmonar 2015 del Consejo Europeo de Resucitación: puntos clave». *Rev. Esp. Cardiol.* (vol. 69, núm.06, págs. 588-94).

Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo (INSHT). *Socorrismo laboral y primeros auxilios.* Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo (INSHT).

Perales Rodríguez de Viguri, N. y otros (2003). «La desfibrilación temprana: conclusiones y recomendaciones del I Foro de Expertos en Desfibrilación Semiautomática». *Med. Intensiva* (vol. 7, núm, 27, págs. 488-94).

Webgrafía

Cruz Roja Bizcaia. Categoría vídeos. *Blog de salud de cruz roja.* @CruzRojaBizkaia <<https://salud.cruzrojabizkaia.org/category/videos/>> (Consultado 04/05/2019)

Cruz Roja y Diputación de Barcelona. *El Juego de los primeros auxilios*<https://www.cruzroja.es/cre/2006_7_FR/matcurfad/juegoppaa/castellano/creuroja_cd.swf> (Consultado 04/05/2019)

Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo (INSHT). *Socorrismo laboral y primeros auxilios.* Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo (INSHT) <<http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FICHAS%20DE%20PUBLICACIONES/EN%20CATALOGO/SEGURIDAD/Socorrismo%20laboral.pdf>> (Consultado 04/05/2019)

