

MANUAL DE  
PRIMEROS AUXILIOS  
RA-MA-PASJ-CCH-01

Sala  
**Junior**  
Cinépolis.



<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	<b>3</b>
<b>1. CONCEPTOS BÁSICOS EN LOS PRIMEROS AUXILIOS</b> .....	<b>4</b>
1.1 Claves fundamentales	
1.2 Ejercer autocontrol	
1.3 Evaluar la escena	
1.4 Pedir ayuda	
1.5 Actuar con prudencia	
<b>2. MANIOBRAS RCP. Resucitación cardiopulmonar</b> .....	<b>6</b>
2.1 Inicie RCP	
2.2 ¿cuando se puede detener el RCP?	
<b>3. OBSTRUCCIÓN VÍA AÉREA</b> .....	<b>8</b>
3.1 Asfixia	
3.2 Maniobra de Heimlich	
<b>4. EMERGENCIAS MÉDICAS</b> .....	<b>9</b>
4.1 Ataque cardiovascular	
4.2 Desmayo / pérdida de conciencia	
4.3 Hipoglucemia	
<b>5. EMERGENCIAS POR LESIÓN</b> .....	<b>13</b>
5.1 Fracturas óseas por caída	
5.2 Hemorragias visibles	
5.3 Heridas con elementos punzocortantes	
5.4 Traumatismo de cráneo y columna	
<b>6. EMERGENCIAS MEDIOAMBIENTALES</b> .....	<b>16</b>
6.1 Reacciones alérgicas	
6.2 Picaduras de insectos y animales rastreros	



## PROPÓSITO DE NUESTRA GUÍA DE PRIMEROS AUXILIOS

La presente guía está destinada a que el personal brigadista del complejo pueda realizar acciones prioritarias a víctimas menores de edad lesionadas o repentinamente enfermas al interior de las instalaciones específicamente en nuestra **SALA JR**. Sus páginas fueron escritas de una manera sencilla, evitando vocabulario médico engorroso, con el fin de que en una sola lectura atenta se puedan capturar los conceptos más significativos de las acciones.

Este documento pretende guiarnos tanto en situaciones en que el riesgo de muerte es inminente, y nuestra acción puede ser fundamental, como en casos en donde los mal llamados accidentes requieren de una actuación rápida antes de la llegada de los profesionales.

No es intención de esta guía reemplazar las acciones de enfermeras, médicos o personal entrenado, pero sí guiarnos en actuaciones correctas para brindar ayuda en situaciones necesarias.

Teniendo en cuenta que la posibilidad de ejercer de manera adecuada acciones de ayuda en primeros auxilios se logra con entrenamiento fundamentalmente práctico, esta guía brinda una orientación para comenzar a actuar con personas lesionadas o repentinamente enfermas, Poniendo el foco, en especial, en *“qué no hacer”* a fin de evitar daños mayores.

Respecto de *“qué hacer”*, sólo se enumeran unas pocas medidas básicas iniciales. A este respecto, es importante comprender que la actuación básica tiene un límite, que sólo puede superarse con la ayuda profesional avanzada.



# 1. CONCEPTOS BÁSICOS DE PRIMEROS AUXILIOS

RA-MA-PASJ-CCH-01

**Primeros auxilios:** Es la primera ayuda que se brinda tan pronto se reconoce una emergencia, accidente o enfermedad súbita. Se definen como las medidas iniciales que se realizan a víctimas de accidentes o de enfermedades repentinas hasta la llegada de un profesional especializado, para facilitar su recuperación.

## ¿QUIEN PRESTA LOS PRIMEROS AUXILIOS?

Las personas encargadas de prestar los primeros auxilios a una persona lesionada no reemplazan la intervención especializada, sino que la facilitan. Socorristas, Brigadistas o Paramédicos son los términos utilizados para denominar a personas que han recibido capacitación y entrenamiento (teórico-práctico) aplicable a la asistencia de accidentes o enfermedades de aparición súbita. Estas personas están en capacidad de aplicar los procedimientos para la atención de primeros auxilios y para la prevención de desastres, los primeros auxilios prestados por este personal deben ser:

- ✓ Inmediatos, Adecuados y Profesionales.

Ante la ocurrencia de un evento sorpresivo, las personas pueden reaccionar de modos no previstos. Entonces es cuando se ponen en juego diferentes cuestiones, en las que es importante no sólo el conocimiento, sino también ciertos detalles de personalidad, como la capacidad de liderazgo, de decisión, el aplomo y el autocontrol. Por otro lado, es posible que los conocimientos recibidos no sean recordados a la hora de actuar. Por tal motivo, la aplicación de reglas sencillas, como el método ABC (*ver recuadro*), pueden ser de gran utilidad en situaciones que causan ansiedad y angustia, y paralizan el razonamiento lógico.

## OBJETIVOS DE LOS PRIMEROS AUXILIOS

- ✓ Conservar la vida.
- ✓ Dar calidad de vida.
- ✓ Evitar complicaciones.
- ✓ Ayudar a la recuperación.
- ✓ Asegurar un traslado adecuado y oportuno.
- ✓ Motivar hacia la prevención.

**Nemotecnia** (*provenientes del inglés*) que cualquier brigadista debe llevar adelante de manera prioritaria frente a una situación crítica.



Revisar la vía aérea y mantener la alerta



Respiración



Circulación y pulso

## Claves Fundamentales

Ante una situación que requiere su participación, siempre debe tener en cuenta los siguientes puntos:

### 1. Ejercza el auto-control

Evita ser impulsivo

### 2. Evalúa la escena

Observa bien

### 3. Pide ayuda

Antes de actuar directamente

### 4. Actúa con prudencia

Sepa lo que no debe hacer

## 1. EJERCER EL AUTOCONTROL

Si en el lugar existen responsables o profesionales aptos para actuar (*un médico o paramédico*), póngase a su disposición y evite discutir o confrontar. Mientras dos personas discuten, las víctimas no están siendo atendidas. En caso de que no haya un responsable o profesional, inspire hondo y actúe con calma.

## 2. EVALUAR LA ESCENA

Una vez que se decidió a actuar y considera que puede conservar la calma, intente mirar la escena globalmente a fin de pedir la ayuda adecuada. No ingrese hasta estar seguro de la falta de peligro.

Para establecer los pasos a seguir, siempre debe tratar de responderse la siguiente serie de preguntas: *¿QUÉ PASÓ?*, *¿CÓMO FUE?*, *¿CUÁNDO SUCEDIÓ?*

## 3. PEDIR AYUDA

Luego de evaluar la escena y haberse aproximado a la persona lesionada o indispueta, pida ayuda si considera que la lesión lo amerita. Si puede delegar la tarea en algún compañero, indica claramente quién debe hacerlo. Asegúrese de que el destinatario del pedido entienda que le está hablando a él y dígame: *“Usted, llame a los cuerpos de auxilio (TELÉFONO 123)”*.

## NORMAS PARA PRESTAR PRIMEROS AUXILIOS

- ✓ Seguridad.
- ✓ Actuar con rapidez.
- ✓ Mantener la calma.
- ✓ Efectuar una valoración primaria.
- ✓ Realizar una valoración secundaria.
- ✓ Asegurar un traslado adecuado y oportuno.
- ✓ No luchar contra imposibles.





### PASOS A SEGUIR PARA LA ATENCION DE UN PACIENTE

- ✓ Revise la seguridad del área donde se encuentra el accidentado.
- ✓ Si hay riesgo de incendio, explosión, derrumbe etc.; donde corre peligro la vida del auxiliador, no se deben prestar los primeros auxilios, se procede a realizar la evacuación de paciente del área a un lugar de seguridad.
- ✓ Bioseguridad. Antes de atender a un paciente debemos evitar la posibilidad de contaminación por secreciones corporales como sangre, vomito, orina, secreciones vaginales, semen etc.; por esta razón de deben utilizar guantes de látex y adoptar posiciones de seguridad que prevengan contagios secundarios
- ✓ Valoración primaria.
- ✓ Valoración secundaria.
- ✓ Estabilización del paciente priorizando según la lesión.
- ✓ Traslado a un centro asistencial.

### PRECAUCIONES AL PRESTAR LOS PRIMEROS AUXILIOS

- ✓ Determine posibles peligros
- ✓ Bioseguridad
- ✓ Afloje la ropa del paciente
- ✓ No suministre medicamentos
- ✓ No suministre líquidos por vía oral
- ✓ Mantenga comunicación continua con el paciente
- ✓ Asegura un traslado adecuado y oportuno

#### ¿Cuándo llamar?

- Cuando usted no sepa qué hacer o si hay peligro.
- Cuando el lesionado no responde bien, respira mal o le duele el pecho.
- Cuando la persona fue víctima de un accidente (*traumatismo, exposición a tóxicos, electrocución, quemaduras, ahogamiento, etcétera*).

#### ¿Qué decir?

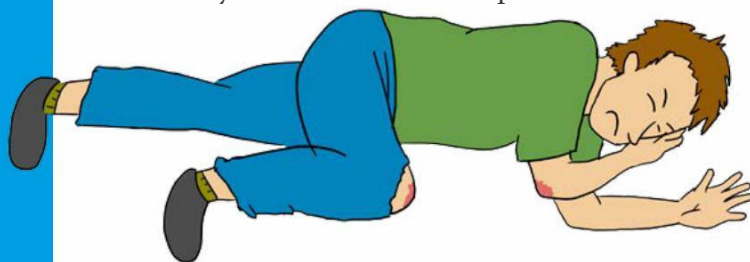
En todos los casos, antes de comunicarse, el brigadista deberá conocer:

- El número de teléfono del cine desde donde está llamando.
- La ubicación del cine (*dirección o datos de referencia*).
- La situación que acontece.
- Si hay peligro en el lugar.
- Si se trata de una o más víctimas.
- Si la víctima está consciente y si respira.



### 4. ACTUAR CON PRUDENCIA

Actúe sólo si está seguro de que puede ayudar. Antes de hacerlo, repase rápida y mentalmente los puntos 1, 2 y 3 (*ejerza el autocontrol, evalúe la escena y pida ayuda*). Antes que nada, analice la necesidad de usar protección, ya sean guantes y cubre bocas Si la persona fue víctima de un accidente traumático y usted sospecha que sufre una lesión en la columna, es conveniente no moverla hasta que llegue ayuda de la ambulancia. Si el niño está consciente y es capaz de comprender, es conveniente tranquilizarlo y brindarle confort hasta que lleguen los cuerpos de auxilio. En cambio, si la persona no reacciona y respira, y colóquela en posición lateral, extiéndale un brazo por encima de la cabeza y flexiónele la rodilla para estabilizarla.



# 2. MANIOBRAS DE RCP/sólo personal certificado

## RESUCITACIÓN CARDIOPULMONAR

RA-MA-PASJ-CCH-01

1

Corrobore que el sitio sea seguro y recuerde usar guantes y cubrebocas en todo momento.

2

Verifique que la víctima esté boca arriba sobre una superficie plana y firme.

3

Arrodílese al lado de la víctima.

4

Tómela de los hombros y, comprimiéndolos firmemente, pregúntele si se encuentra bien.

5

Si no responde, pida a alguien que llame a Emergencias.

6

Inclínele levemente la cabeza hacia atrás levantando el mentón.

7

Verifique si respira con normalidad, colocando su oreja cerca de la boca y la nariz de la persona V (*Vea que respire*), E (*Escuche su respiración*, *Sienta su respiración*).

8

Si la persona respira, colóquela en la Posición Lateral de Seguridad.



Si la persona no respira, administre dos Respiraciones (utilice su mascarilla pocket mask). Compruebe que el pecho se levanta.

## Inicie RCP

Coloque la base de la palma de una sola mano (en lugar de las dos) en el centro del pecho, entre sus pezones, y realice 30 compresiones

## ¿Cuándo se puede detener la RCP?

- Cuando el niño respire.
- Cuando otra persona más capacitada nos releve.
- Cuando el Servicio Médico de Urgencia arribe a la escena.
- Cuando el lugar ya no sea seguro.



De manera general este es el ciclo que debes realizar es:

- 1 30 compresiones torácicas
- 2 2 insuflaciones
- 3 Checar VOS por 5 segundos

Continuar así durante 5 ciclos.


# 3. OBSTRUCCIÓN AÉREA

## 3.1 ASFIXIA

La asfixia o ahogo se presenta cuando alguien no puede respirar debido a que un alimento, flujo u objeto está obstruyendo la vía respiratoria.

Estos cuadros suelen producir temor tanto en el paciente como en quienes lo acompañan.

Si la situación es grave debe actuar con rapidez. Si no tiene conocimientos o no se anima, pida auxilio en forma inmediata.

OBSTRUCCIÓN LEVE	OBSTRUCCIÓN GRAVE
<b>Síntomas</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Emite sonidos</li><li>• Puede toser</li><li>• Acciones</li><li>• Dejar toser a la persona</li></ul>	<b>Síntomas</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• No puede respirar</li><li>• Tos débil</li><li>• No puede hablar</li><li>• Hace el signo universal de la asfixia</li></ul>
<b>ACCIONES</b> 	
Actúe con rapidez Realice los pasos que se indican a continuación (maniobra básica)	

## 3.2 MANIOBRA DE HEIMLICH

**1** Pregúntele al niño: “¿Te estás ahogando?” Si el niño asiente con la cabeza, dígame que va a ayudarlo.

**2** Colóquese por detrás del niño (arrodílese en caso de ser necesario) y rodéelo con los brazos de modo que las manos queden en la parte delantera de su cuerpo. Forme un puño con la mano y coloque el pulgar levemente por encima del ombligo. Agarre el puño con la otra mano y realice compresiones rápidas hacia arriba y hacia adentro del estómago.

**3** Siga con las compresiones hasta expulsar el objeto y hasta que el niño pueda respirar, toser o llorar.



Importante si el niño pierde la conciencia inicia RCP.



# 4. EMERGENCIAS MÉDICAS

RA-MA-PASJ-CCH-01

A continuación, veremos una serie de emergencias médicas que suelen producirse en distintos ámbitos con personas de diferentes edades y condiciones. En todos los casos, recorreremos sus síntomas y las acciones que debemos realizar.

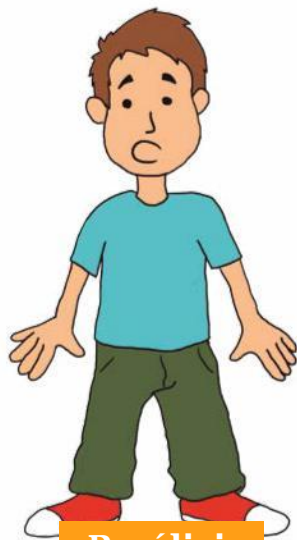
## 4.1 ATAQUE CARDIOVASCULAR

### Síntomas

- Pérdida de fuerza en cara, brazo o pierna, de un mismo lado.
- Dificultad para hablar o comprender.
- Disminución de la visión
- Alteración del equilibrio
- Dolor de cabeza súbito de mucha intensidad

### ACCIONES

- Llame a los servicios Médicos de Urgencia.
- Brinde confort y tranquilidad al niño, no le administre nada.
- Si vomita, póngalo de costado.
- Si presenta convulsiones, protéjale la cabeza para que no se golpee.



Parálisis



Confusión, vómito



Inestabilidad y alteración de la vista



Pérdida del conocimiento

## 4.2 CONVULSIONES EPILÉPTICAS

### SÍNTOMAS

- Movimientos involuntarios en forma de sacudidas.
- Comienzo súbito y desaparición rápida de los síntomas.

### ACCIONES

- Llame a los servicios Médicos de Urgencia
- Retire objetos de alrededor y proteja la cabeza de la víctima con elementos acolchados.
- No la sujete ni ponga nada en la boca.
- Si cede la convulsión, recuerde aplicar el método ABC.
- Si respira, ubíquela en la Posición Lateral de seguridad.
- Si vomita, colóquela de costado.



## 4.3 CRISIS ASMÁTICAS

### SÍNTOMAS

- Respiración ruidosa y con silbido
- Dificultad para hablar
- Sudoración profusa
- Angustia

### ACCIONES

- Si no sabe qué hacer, pida ayuda a Emergencias.
- Coloque al niño semisentado y afloje las ropas ajustadas.
- Si porta inhaladores (prescritos - Broncodilatadores), pida a su familiar que lo ayude a su administración.
- Retírelo de la sala a un área bien ventilada, bríndele confort y tranquilidad.



## 4.4 DESMAYO / PÉRDIDA DE CONCIENCIA

### SÍNTOMAS

- Pérdida de la conciencia y la postura por tiempo leve.

### ACCIONES

- Pida ayuda.
- Ayude a recostar al desmayado, levante sus piernas y desajuste sus ropas.
- Ventile el ambiente si es posible trasládalo a una área bien iluminada y ventilada.
- Déjelo descansar hasta su recuperación total o la llegada de la ambulancia.

## 4.5 HIPOGLUCEMIA

### SÍNTOMAS

- Debilidad
- Sudoración evidente
- Hambre
- Sed
- Confusión

### ACCIONES

- Pida ayuda.
- Si la víctima está consciente y puede tragar, dele alimentos azucarados chocolate o algún caramelo.
- Siéntela y aguarde la llegada de los cuerpos de auxilio.



# 5. EMERGENCIA POR LESIONES RA-MA-PASJ-CCH-01

Las emergencias por lesiones también forman parte del grupo de eventualidades que puede ocurrir en espacios tanto públicos como privados.

Ya sean traumatismos, fracturas o hemorragias, siempre es necesario saber cómo actuar en cada caso.

## 5.1 FRACTURAS ÓSEAS POR CAÍDAS

### SÍNTOMAS

- Deformación
- Impotencia funcional
- Dolor
- Inflamación

### ACCIONES

- Evalúe la seguridad de la escena y pida ayuda.
- Recuerde el concepto de bioseguridad y, en caso de ser necesario, utilice protección.
- Si sospecha lesión en la columna, no movilice al accidentado.
- No intente enderezar extremidades dobladas.
- Aplique hielo en bolsa y toalla interpuesta durante 20 minutos, con descansos de 5 minutos.
- Espere la llegada de ayuda.



## 5.2 HEMORRAGIA VISIBLE

### SE DIVIDEN EN:

1. Heridas.
2. Hemorragia bucal.
3. Hemorragia nasal.

### 1. HERIDAS

#### ACCIONES

- Evalúe la seguridad de la escena y pida ayuda.
- Recuerde el concepto de bioseguridad y utilice protección.
- Recueste al herido y solicite el botiquín de primeros auxilios.
- Presione con firmeza sobre la herida con un apósito.
- Si la hemorragia no cede, coloque un segundo apósito sin retirar el primero.
- Si es en un miembro superior o inferior y no hay dolor, elévelo.
- Espere la llegada del servicio de Emergencias.

### 2. HEMORRAGIA BUCAL

#### ACCIONES

- Si no sabe qué hacer, pida ayuda.
- Recuerde el concepto de bioseguridad y, en caso de ser necesario, utilice protección.
- Ponga a la persona en un lugar cómodo y solicite el botiquín de primeros auxilios.
- Si la hemorragia proviene de una zona visible, presione con una gasa o tela.
- Si es interna y provoca vómitos, coloque a la persona de costado.
- Espere la llegada del servicio de Emergencias.

### 3. HEMORRAGIA NASAL

#### ACCIONES

- Si no sabe qué hacer, pida ayuda.
- Recuerde el concepto de bioseguridad y utilice protección.
- Siente al sujeto y solicite el botiquín de primeros auxilios.
- Presione a ambos lados de la nariz teniendo la cabeza levemente inclinada hacia adelante.
- Si la hemorragia persiste, presione con más fuerza y espere la llegada de ayuda.



### 5.3 HERIDAS CON ELEMENTOS PUNZOCORTANTES

#### ACCIONES

- Evalúe la seguridad de la escena y pida ayuda.
- Recuerde el concepto de bioseguridad y utilice protección.
- Ponga cómodo al herido y solicite el botiquín de primeros auxilios.
- No retire ni movilice el objeto punzante; déjelo hasta que llegue personal entrenado.

### 5.4 TRAUMATISMO DE CRÁNEO Y COLUMNA

#### SÍNTOMAS

- Alteración de la conciencia
- Cefalea y vómitos
- Dificultad aguda en la visión
- Convulsiones

#### ACCIONES

- Evalúe la seguridad de la escena y pida ayuda.
- Mantenga al afectado inmóvil hasta que llegue personal entrenado.

# 6. EMERGENCIAS MEDIOAMBIENTALES

RA-MA-PASJ-CCH-01

Ya sea por mordeduras o picaduras de animales e insectos, o por reacciones a algunos elementos, las emergencias medioambientales también deben formar parte del conocimiento para los primeros auxilios.

## 6.1 REACCIONES ALÉRGICAS

### SÍNTOMAS LEVES

- Congestión nasal
- Estornudos
- Picazón en los ojos
- Urticaria

### SÍNTOMAS GRAVES

Respiración dificultosa y ruidosa  
Ansiedad  
Hinchazón de labios y lengua  
Manchas repentinas en la piel  
Taquicardia

### ACCIONES

- Pida ayuda.
- Ventile el ambiente.
- Bríndele a la persona confort y tranquilidad.
- Si porta una jeringa con adrenalina (prescripta), puede administrársela.
- Aguarde la llegada de ayuda.



## 6.2 PICADURAS DE INSECTOS O ANIMALES RASTREROS

Por lo general, sólo causan dolor y escozor. Sin embargo, tiene que estar atento y, si es necesario, seguir estas indicaciones.

### ACCIONES

- Si la picadura tiene aguijón, trate de extraerlo.
- Lave la zona con abundante agua y jabón.
- Coloque una bolsa de hielo sobre la zona.
- Verifique que no provoque reacción alérgica.
- Solicite al familiar que lleve al niño al médico si no calma.



## Cláusula de Confidencialidad

Este documento y sus anexos contienen información estratégica de negocio, secretos comerciales y en general el *know-how* de Carbondale, y su grupo, derivados de experiencias comerciales y programas de investigación y desarrollo, y que han sido compilados para uso exclusivo de las filiales del grupo (y, en particular, de algunos de sus empleados y directivos), con el objetivo de asegurar e incrementar la rentabilidad y beneficio del grupo a largo plazo. El contenido de este documento y sus anexos es, por consiguiente, estrictamente confidencial y para el uso exclusivo de sus destinatarios.

En este documento y sus anexos tendrá la consideración de “**Información Confidencial**” toda documentación e información (de tipo económico, financiero, técnico, comercial, estratégico o de otro tipo), proporcionada de cualquier forma (oral, escrita o en cualquier soporte) y en cualquier momento, ya sea con anterioridad o posterioridad a la fecha de este documento o sus anexos, que no esté disponible públicamente, relativa a Scanton, a cualquier sociedad de su grupo, o a cualquier persona relacionada con las mismas, incluyendo, sin limitación: información científica, técnica o arquitectónica; información relativa al negocio actual o futuro, experiencia comercial y planes de comercialización, incluyendo, pero no limitada a, información financiera, términos contractuales o información y datos de clientes; diseños, dibujos, programas de computadora y software; costos e información de precios; y identificación de personal u otros recursos para su posible uso comercial. En particular, será Información Confidencial toda documentación e información: (i) marcada como tal; (ii) identificada por Scanton o su personal, bien de forma escrita o bien de forma verbal, como Información Confidencial; (iii) que tenga valor comercial; (iv) que no sea conocida a nivel general en el mercado o la industria; o (v) que por su naturaleza o por las circunstancias en que se produzca la revelación, deba de buena fe estimarse como tal.

Los destinatarios de este documento y sus anexos se comprometen a tratar y conservar en todo momento la Información Confidencial como secreta y confidencial y a no la comunicarla ni revelarla directa ni indirectamente (tanto en forma oral o escrita) a ninguna otra persona física o jurídica (con la única excepción de aquellos miembros del personal de Scanton que tengan la necesidad de conocer dicha información para la prestación de sus servicios) sin que medie previa aprobación por escrito de Scanton. La revelación, distribución, transmisión electrónica o copia de la Información Confidencial queda estrictamente prohibida. Los destinatarios de este documento y sus anexos acuerdan no duplicar, distribuir o revelar su contenido a través de ningún medio.



Tabla de Cambios		
Versión	Descripción de Cambios	Fecha
01	Versión Inicial	23/1/2018





**MANUAL DE  
PRIMEROS AUXILIOS  
RA-MA-PASJ-CO-01**