

COVID-19



PAUTAS BÁSICAS PARA MANEJO DE ACCIDENTES MENORES EN CASA

Para atender accidentes menores mientras trabajas de forma remota en casa, debes disponer de recursos como:

Botiquín básico:

Gasas limpias, guantes de látex, yodopovidona (jabón quirúrgico), solución salina, termómetro, alcohol antiséptico, algodón, vendas adhesivas o esparadrapo.

Eventos más comunes

- Fractura.
- Heridas abiertas.
- Quemaduras.
- Energización / electrocución.
- Lesiones osteomusculares.

Primeros auxilios para tejidos blandos

Quemaduras de 1º grado:

- Aplica paños de agua fría y lava con abundante agua fría si es quemadura con alguna sustancia.
- Suministra abundante líquido vía oral.
- Evita colocar cremas o sustancias diferentes al agua.
- En caso de presentarse ampollas, recúbrelas con gasa limpia y realiza traslado inmediato a un centro de atención en salud.

Heridas abiertas

- Eleva la parte que sangra.
- Haz presión directa en la zona con un apósito.
- Abriga e inmoviliza.
- Realiza el traslado a un centro atención en salud de inmediato si el sangrado no se detiene.

Lesiones osteomusculares (golpes, esguinces, luxaciones)

- Aplica hielo localizado en la zona afectada.
- Permite el reposo e inmovilización del miembro afectado.
- Realiza el traslado a un centro de atención en salud en caso de ser necesario.

Fractura

- Permite el reposo e inmovilización del miembro afectado.
- En caso de ser una fractura abierta controla la hemorragia.
- Realiza el traslado de inmediato.

Desmayos

- Ventila y afloja las prendas de vestir.
- Inclina las piernas hasta 45 grados.

Cuerpo extraño en ojo

- Lava con abundante agua o solución salina.
- Si no fue posible retirar el objeto con el lavado, cubre con un apósito limpio y seco.
- Realiza el traslado a un centro de atención en caso de ser necesario.

