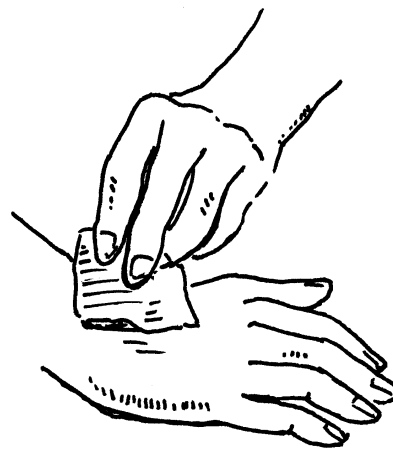


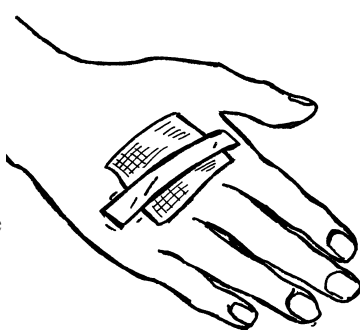
Primeros auxilios en casos de cortadas y heridas



Rodeadas de cuchillos, vidrios y otros objetos afilados o peligrosos, las personas que trabajan en servicios de alimentos con frecuencia corren el peligro de cortarse o lesionarse con objetos punzantes. Se pueden evitar las lesiones siguiendo las normas de seguridad. Pero como los accidentes no dejan de ocurrir, es conveniente saber cómo tratar las cortadas y las lesiones con objetos punzantes. Antes de que ocurra un accidente, pregunte a su supervisor dónde se encuentra el botiquín de primeros auxilios, de tal manera que si ocurre uno, usted pueda concentrarse en tratar la herida y no en buscar con qué tratarla.

Pequeñas cortadas o lesiones con objetos punzantes

- ◆ Coloque un paño estéril sobre la herida y aplique presión. Evite usar algodón, toallas de papel o pañuelos desechables porque las fibras de estos materiales podrían atraparse en la herida.
- ◆ Si es posible, levante la herida sangrante para que esté más arriba del corazón.
- ◆ Si una venda o un paño se empapa de sangre, no lo retire. Coloque otro paño encima y aplique presión en una zona más amplia.
- ◆ Cuando se detenga la hemorragia, lave suavemente la herida con agua y jabón, séquela sin usar fricción y aplique algún desinfectante como agua oxigenada.
- ◆ Después de limpiar y desinfectar la cortada o lesión con objeto punzante, extraiga los objetos pequeños como trozos de vidrio o astillas, siempre y cuando no estén incrustados con demasiada profundidad. Después de extraerlos, desinfecte la herida otra vez y véndela para trancar alguna nueva hemorragia.
- ◆ Si la hemorragia no se detiene en 20 minutos, llame al 911 ó al servicio de atención médica de emergencias disponible en donde se encuentre.



Objetos foráneos grandes incrustados en la piel

- ◆ Llame al 911 ó al servicio de atención médica de emergencias disponible donde se encuentre.
- ◆ Haga que la víctima permanezca acostada.
- ◆ Retire las prendas de ropa alrededor de la herida si puede hacerlo rápidamente.
- ◆ No trate de extraer objetos grandes porque pueden estar ayudando a trancar la sangre de la herida. Apriete los bordes de la herida alrededor del objeto.
- ◆ Haga un agujero en el centro de un paño circular limpio para colocarlo sobre la herida y reducir la presión sobre el objeto foráneo. Aplique el paño alrededor de la herida.
- ◆ Con vendajes paralelos sostenga el paño circular en su sitio hasta que el personal médico de emergencias pueda tratar la herida.

Mientras espera la atención médica de emergencias

Si la hemorragia no cesa, como último recurso se puede trancar el suministro de sangre a la extremidad herida haciendo presión firmemente sobre las arterias principales contra el hueso. Algunos de los puntos de presión están en las axilas y en centro de las ingles. No aplique presión máxima por más de cinco minutos y no aplique un torniquete.