



Objetivos de los primeros auxilios

Los objetivos de los primeros auxilios son la conservación de la vida; evitar complicaciones físicas y psicológicas; ayudar a la recuperación, así como asegurar el traslado de los accidentados a un centro asistencial (Vértice, 2012).

Es importante considerar que los principios básicos de los primeros auxilios consisten en:

1. **Mantener la calma, actuando de una manera rápida.** Esto implica mantener una actitud de tranquilidad ante la persona cuya salud se ve afectada, con el propósito de brindarle confianza tanto a él como a las personas que se encuentran cercanas y que fueron testigos del incidente. En ocasiones, la situación ameritará que seamos nosotros quienes tomen la iniciativa relacionadas a la solicitud de una llamada al personal médico, etc.
2. **Examinar al lesionado.** Es de suma relevancia que se identifiquen si la persona presenta signos vitales (respiración, pulso, etc.), si es que está consciente, si presenta alguna herida expuestas, sangra, etc. Aun cuando la situación se considere NO grave es importante llamar a su contacto de emergencia (familiar o persona de confianza) para que venga a recogerlo.
3. **Llamar a los servicios de emergencia.** Ante situaciones como la pérdida de conciencia del paciente; dificultad para la respiración; presencia de dolor en el pecho o abdomen; hemorragias abundantes; convulsiones; posible intoxicación, así como otras de gravedad, es necesario que se activen los servicios de emergencia cuyos teléfonos están visibles en todos los salones.
4. **Evaluar la situación.** Realizar un análisis rápido y general de la situación y del lugar en donde ocurrió el incidente. De manera que se identifiquen posibles fuentes de peligro, tal es el caso de amenazas de derrumbes, rupturas de tuberías de agua o de gas, la presencia de fuego, etc.
5. **No hacer más que lo indispensable.** No debe de moverse al accidentado hasta conocer cuál es su estado general y haberle proporcionado los cuidados necesarios. Sin embargo, existen situaciones en las que resulta inminente la movilización para proteger su vida.
6. **Mantener la temperatura corporal de la persona.** Ello implica no proporcionarle un calor excesivo ni que se encuentre a temperaturas bajas.
 7. Tranquilizar a la persona.
 8. No dejar sola a la persona.
 9. **No administrar medicamentos** (Vértice, 2012)





¿Cómo reportar una emergencia?

Antes de la llamada ✓ Conservar la calma.

- ✓ Tener a la mano información como la dirección de la institución donde ocurrió el incidente y números telefónicos de quienes realicen el reporte.

Durante la llamada

- ✓ Asegurarse de marcar adecuadamente el número telefónico.
- ✓ Hablar claro y evitar gritar o sollozar.
- ✓ Una vez que nos contesten, debemos de identificarnos con nuestro nombre, indicando la institución de la que nos comunicamos.
- ✓ Mencionar que es una emergencia.
- ✓ Dar respuestas concisas acorde a lo que se nos pregunta.
- ✓ Expresar el tipo de ayudas necesaria, ya sea de servicios médicos, bomberos, protección civil, etc. Proporcionar la dirección exacta, indicando los detalles de la ubicación.
- ✓ Dar el teléfono de quien se comunica con la intención de que la persona que recibe el reporte pueda comunicarse con nosotros de así requerirse.
- ✓ En caso de que así lo solicite la persona que recibió el reporte, se debe de ampliar detalles del incidente.
- ✓ Preguntar cuanto se tardarán en proporcionar ayuda.

Después de la llamada

- ✓ Volver a las labores de apoyo a la emergencia.

