



¿SABES QUÉ HACER EN CASO DE UNA CAÍDA?

Lo primero que debes saber es que las caídas son una de las principales causas de lesiones y afectaciones graves en el lugar de trabajo. Estas se pueden clasificar en tres tipos principales: caídas a nivel, caídas a desnivel y caídas desde altura. Comprender estas diferencias y cómo prevenirlas es esencial para garantizar la seguridad. Las principales consecuencias de las caídas incluyen lesiones en la piel, contusiones, lesiones articulares, luxaciones, esguinces y fracturas.



PRIMEROS AUXILIOS EN CASO DE CAÍDA

Antes de brindar los primeros auxilios debes identificar las diferentes señales, como por ejemplo las siguientes:



Es importante que siempre reportes las condiciones locativas que se encuentran en el área de trabajo, ya que esto ayudara a que se puedan mitigar y prevenir afectaciones futuras.

¿QUÉ HACER EN CASO DE UNA CAÍDA?



Mantén la zona afectada en reposo y sin moverla



Colocar hielo envuelto compresa o trapo de forma local para disminuir el dolor



Si la víctima presenta alguna deformidad evidente, no la force a moverse



Es importante inmovilizar y trasladar al centro asistencial sea por ARL o EPS

¿CÓMO ATENDER UNA HERIDA?



Ubique la herida



Lave la herida con jabón y agua



Cubra la herida



Asegure el apósito y remita al centro asistencial

¿QUÉ HACER SI HAY HEMORRAGIA?

Recuerda que primero debes identificar el tipo de hemorragia, ya que hay tres tipos:

Capilar



Venosa



Arterial



DESPUÉS DE IDENTIFICAR LA HEMORRAGIA REALIZA LO SIGUIENTE:

-  1 Aplique presión directa con un apósito, sobre la herida si no hay sospecha de fractura.
-  2 Aplique otro apósito, sin retirar el anterior, si el sangrado es abundante
-  3 Sostenga el apósito con un vendaje
-  4 Mantenga la calma y desplácese al centro medico más cercano

RECUERDE:



Ubique el botiquín mas cercano y proceda a realizar el control de hemorragias.



Al brindar los primeros auxilios usted debe utilizar elementos de bioseguridad como guantes tapabocas y monogafas si es posible.



Mantén la calma: Mantener la calma es crucial para poder actuar de manera efectiva y segura.



Eleva la parte afectada: Si es posible, eleva la parte del cuerpo donde se encuentra la herida por encima del nivel del corazón para reducir el flujo sanguíneo.



Evita movimientos innecesarios: Mantén a la persona lo más inmóvil posible para no reabrir la herida.



No apliques torniquetes: A menos que hayas recibido entrenamiento específico y sea absolutamente necesario (como en caso de amputación), no uses torniquetes, ya que pueden causar daños graves.



Si la caída ocurre al interior de la Universidad es importante que lo reporte al SGSST por los medios asignados o al gestor de la sede.