



Company Name: _____ Job Site Location: _____

Date: _____ Start Time: _____ Finish Time: _____ Foreman/Supervisor: _____

Topic 23: What to Do When an Injury Occurs

Introduction: At some point in time, everyone experiences an accident injury situation where the injured person needs immediate help. Knowing what to do for an injured person until help arrives can save a life, especially in cases of severe bleeding, no respiration, poisoning, and shock. It is important for an injured person to get medical assistance as soon as possible. The outcome of occupational injuries depends not only on the severity of the injury, but also on the rendering of first aid care. Prompt, properly administered first aid can mean the difference between life and death, temporary versus permanent disability, and rapid versus prolonged recovery.



OSHA regulations state that “The employer shall ensure the ready availability of emergency medical services for the treatment of all injured employees. Where emergency medical services are not in proximity to the place of employment, a qualified first aid person (means a person with evidence to show valid [current] first aid training by the American Red Cross or equivalent) shall be available.” Adequate first aid supplies appropriate to the particular workplace shall be provided and readily available. Phone numbers for EMS must be prominently posted at the jobsite.

Following are guidelines for basic first aid situations that could be encountered on any work site; however, these guidelines are general in nature and remember, one should never exceed their level of first aid training.



- **Animal bites** — Thoroughly wash the wound with soap under running water and apply antibiotic ointment and dressing. When possible, the animal should be caught (carefully) alive for rabies testing. Seek medical attention.
- **Moderate Bleeding** — Elevate the wound above the heart if possible. Apply direct pressure to the wound with a sterile compress until bleeding stops.
- **Burn** — If mild, with skin unbroken and no blisters, flush with cool water until pain subsides. Apply a loose, dry, sterile dressing if necessary. If severe, send for help. Do not break blisters or try to clean the burn.
- **Chemical in the eye** — With victim’s head tilted back, pour cupfuls of water immediately into the inside corner of the eye, letting it run to the other side to thoroughly remove chemicals. Continue to flush until medical help arrives or cover with sterile dressing and transport to the hospital.
- **Choking** — The American Red Cross advises that the leading first aid method for choking victims is the abdominal thrust.
- **Cuts (minor)** — After washing with soap under warm running water, apply antiseptic and cover with sterile bandage.
- **Foreign body in the eye** — Touch object with moistened corner of sterile handkerchief if the object can be seen. If it cannot be seen or does not come out after a few attempts, get medical attention. Do not rub the eye.
- **Hyperthermia, Heat Exhaustion, and Heat Stroke** — Remove the patient from the heat. Loosen any tight clothing and apply cool, wet cloths to the skin. Give the victim cool water, to drink slowly. If the victim refuses water, vomits, or experiences changes in consciousness, the victim is likely experiencing Heat Stroke and requires medical attention.
- **Hypothermia** — Move the victim to a warm place. Remove wet clothing and dry the victim, if necessary. Warm the victim gradually by wrapping the person in warm blankets or clothing. Apply heat pads or other heat sources if available, but do not place directly to the body. Give the victim warm, sweet liquids. Call an ambulance if breathing is slowed or stopped or if the pulse is slow or irregular.
- **Frostbite** — Handle frostbitten areas gently; DO NOT RUB! Soak affected area in water no warmer than 105°F. Seek medical attention.
- **Amputation** — If a limb or appendage is severed, it is important to properly protect the limb or appendage so that it can possibly be reattached. After the victim is cared for, the limb should be wrapped in sterile gauze or clean material and placed in a clean plastic bag or other suitable container. Pack ice around the limb on the OUTSIDE of the bag to keep the limb cold. Call ahead to alert emergency room staff of the situation.
- **Poisoning** — Call an ambulance and the Poison Control Center and follow their directions exactly (do not induce vomiting unless so instructed).
- **Shock (injury-related)** — Keep the victim lying down on his/her back; if uncertain as to injuries, keep the patient flat on their back. Maintain normal body temperature; if the weather is cold, place blankets or extra clothing over and under the victim; if weather is hot, provide shade.
- **Poisonous Snakebite** — Use a snakebite kit if available. Keep victim calm and attempt to safely identify the snake. Seek medical attention
- **Sprains and fractures** — Apply ice to sprains to reduce swelling and pain. Do not try to straighten or move broken limbs. If properly trained, apply a splint to immobilize the injured area if the victim must be transported.



Conclusion: OSHA requires that in the absence of a medical facility near the workplace, a person or persons shall be adequately trained to render first aid. If the job is at a remote location, alternative means of reliable communication must be provided. Always be aware of the location of first aid supplies, who the company’s designated “first responder” is, and the location of emergency numbers.



Work Site Review

Work-Site Hazards and Safety Suggestions: _____

Personnel Safety Violations: _____

Employee Signatures:

(My signature attests and verifies my understanding of and agreement to comply with, all company safety policies and regulations, and that I have not suffered, experienced, or sustained any recent job-related injury or illness.)

Foreman/Supervisor’s Signature: _____

The first aid information provided is intended to be general in nature and is based upon the “best available” guidelines. No results either general or specific are represented or guaranteed. These guidelines do not supersede local, state, or federal regulations and must not be construed as a substitute for, or legal interpretation of, any OSHA regulations.



Nombre de Compañía: _____ Localidad del sitio de trabajo: _____
 Fecha: _____ Tiempo Empezaron: _____ Tiempo Terminaron: _____ Supervisor: _____

Tópico 23: Que hacer cuando ocurre una lesión

Introducción: En algún momento, todos experimentamos una situación de accidente y lesión donde la persona herida necesita ayuda inmediatamente. Sabiendo que hacer, por la persona herida mientras llega ayuda, puede salvar una vida, especialmente en caso de severo sangrado, envenenamiento y choque. Es importante que la persona herida reciba asistencia medica lo mas pronto posible. Los resultados de lesiones ocupacionales dependen no solamente en la severidad de la lesión, sino también de los primeros auxilios dados. Puntuales y propiamente administrados, los primeros auxilios pueden ser la diferencia entre vida y muerte, incapacidad temporal o permanente y recuperación rápida o extendida.

Regulaciones OSHA declaran que “El empleador deber asegurar disponibilidad de servicios de emergencia medicas por el tratamiento de todos los empleados lesionados. Si los servicios de emergencia medica no están en la proximidad del lugar de empleo, una persona calificada en primeros auxilios (quiere decir una persona con evidencia valida [corriente] en entrenamiento de primeros auxilios por la Cruz Roja Americana o equivalente) debe estar disponible.” Un adecuado surtido para primeros auxilios apropiado al sitio de trabajo particular, debe ser proveído y fácilmente disponible. Números telefónicos de EMS deben ser notablemente fijados en el sitio de trabajo.

Siguiendo son pautas para situaciones básicas de primeros auxilios que pueden ser encontrados en cualquier sitio de trabajo; sin embargo, estas pautas son generales en naturaleza y, recuerda, uno nunca debe exceder su nivel de entrenamiento de primeros auxilios.



- **Mordidas de animales** – lave la herida totalmente con jabón y agua y aplique ungüento antibiótico y vendas. Cuando sea posible, el animal deber ser capturado (cuidadosamente) vivo para prueba de rabia. Busca atención médica.
- **Sangrado** – Si es posible, alza la herida sobre el corazón. Aplica presión directo a la herida con una compresa estéril hasta que pare de sangrar.
- **Quemaduras** – si es leve, con la piel intacta y sin ampollas, limpia con agua fresca hasta que se calme el dolor. Aplica un vendaje suelto, seco y estéril si es necesario. Si es severa, mande por ayuda. No reviente las ampollas o trate de limpiar la quemadura.
- **Químicos en los ojos** – Con la cabeza inclinada hacia atrás, échele agua inmediatamente dentro la esquina del ojo, dejándolo correr al otro lado para remover completamente el químico. Continué enjuagando hasta que llegue ayuda medica o cubre con vendas estériles y traslada al hospital.
- **Asfixio** – La Cruz Roja Americana aconseja que el primero método de primeros auxilios para victimas de asfixio es el empujón abdominal.
- **Congelación** – Maneje áreas congeladas suavemente, ¡NO LO FROTES! Remoje área afectada en agua alrededor 105°F. Busca atención médica.
- **Cortadas (pequeñas)** – Después de enjuagar con jabón y agua tibia, aplique antisépticos y cubre con venda estéril.
- **Objetos extraños en el ojo** – Toque el objeto con la esquina de un pañuelo húmedo y estéril, si es que se ve el objeto. Si no se ve o no sale con la primera tocada, consigue ayuda médica. No frote el ojo.
- **Hipertermia, Agotamiento por calor, e Insolación** – Quite la persona de el calor. Suelte cualquier ropa apretada y aplique paños frescos y húmedos a la piel. Dale de beber agua fresca, que lo beba lentamente. Si la victima niega el agua, vomita o experimenta cambios de conciencia, la victima esta experimentando insolación y requiere atención medica.
- **Hipotermia** – Mueva la victima a un lugar calentita. Si necesario, quiten la ropa mojada y seque a la victima. Caliente a la victima gradualmente envolviéndola en cobijas o ropa calentita. Aplique cojines calientes u otra fuente de calor disponible, no lo ponga directamente en el cuerpo. Dale de beber liquido calentito y dulce. Si el respiro es lento o ha parado o si el pulso es lento o irregular, llamen por una ambulancia.
- **Amputación** – Si un miembro o apéndice es arrompido, es importante que propiamente protejan el miembro o apéndice por si hay posibilidad de ser reunido. Después de atender la victima, el miembro debe ser envolvió en una venda estéril o material limpio y colocado en una bolsa de plástico u otro recipiente adecuado. Ponle hielo alrededor del miembro, fuera de la bolsa, para mantener helado el miembro. Lame por adelantado al salón de emergencia para avisarles de la situación.
- **Envenenamiento** – Llamen a una ambulancia y al Centro de Control de Envenenamiento, siga las instrucciones (no induce vomito solamente instruido).
- **Conmoción (relacionado con lesiones)** – Mantengan la victima acostada de espalda; si esta inseguro de las heridas, mantenga al paciente de espalda. Mantengan la temperatura de cuerpo normal; si el tiempo es helado cubre a la victima con cobijas o ropa extra; en temperatura caliente, proveer sombra.
- **Mordeduras venenosas de serpiente** – Use un botiquín para mordidas de serpientes si esta disponible. Mantenga victima calmada e intente identificar la serpiente. Consigue atención médica.
- **Torceduras y fracturas** – Aplique hielo a torceduras para reducir inflamación y dolor. No trate de enderezar o mover partes rotas. Si esta propiamente entrenado, aplique una tablilla para inmovilizar el área herida si será traslada la victima.



Conclusión: OSHA requiere que en la ausencia de una facilidad médica en la proximidad del lugar de trabajo, una persona o personas deben ser adecuadamente entrenadas a rendir primeros auxilios. Si la obra esta en una localidad remota, maneras alternativas de comunicación de confianza deben ser proveídos. Siempre este atento de la localidad del surtido de primeros auxilios, quien es el designado “primer respondedor” de la compañía, y la localidad de números de emergencia.

Revisión del Sitio de Trabajo

Peligros del sitio de trabajo y sugerencias de seguridad: _____
 Violaciones de Seguridad del Personal: _____

Firma de Empleado: _____ *(Mi firma atestigua y verifica mi comprensión de y conformidad a acatar con todas pólizas y regulaciones de seguridad, y que no he sufrido, experimentado, o sostenido cualquier lesión o enfermedad relacionado con el trabajo)*

Firma de Forman/Supervisor: _____

Esta pauta no reemplaza regulaciones locales, estatales o federales y no deben ser interpretadas como sustitución, o interpretación legal de las regulaciones de OSHA. Información de primeros auxilios proveído es intentado ser general en naturaleza y es sobre las “mejores disponible” pautas. Ningún resultado general o específico es representado o garantizado.