

the
powerof
humanity



GUÍA ESENCIAL DE PRIMEROS AUXILIOS

Tu Guía de primeros auxilios

Información importante	3
Mordidas de serpiente.....	9
Picaduras de arañas.....	12
Picaduras de medusa.....	13
Picaduras de garrapata	17
Crisis asmática.....	19
Aprenda los primeros auxilios con la Cruz Roja.....	21

Números útiles



Ambulancia
000



Venenos
13 11 26



Botiquines de primeros
auxilios y entrenamiento
1800 733 276

Kit de emergencia



Soporte vital básico

D (**D**anger) revise si hay peligro

R (**R**esponse) revise si la víctima reacciona

S (**S**OS) llame emergencia al **000**

A (**A**irway) abra la boca y saque cualquier obstrucción

B (**B**reathing) revise si la víctima respira

C inicie la reanimación cardio pulmonar (RCP)
(**C**ompresión: alternar haciendo 30 compresiones torácicas y 2 respiraciones de rescate boca a boca)

D aplique el **D**esfibrilador



(Bleeding) si pierde mucha sangre



Llame al 000

- 1 Aplique presión con un vendaje sobre la herida.
- 2 Acueste a la persona para que se quede en descanso. **(Tranquilizar a la persona si está en shock)**
- 3 Continúe manteniendo presión sobre la herida.



Quemaduras y escaldaduras

- 1 Enfriar la herida bajo agua corriente fría durante un mínimo de 20 minutos.
- 2 Si la quemadura es extensa o está en una parte delicada del cuerpo, busque ayuda médica o llame al 000.



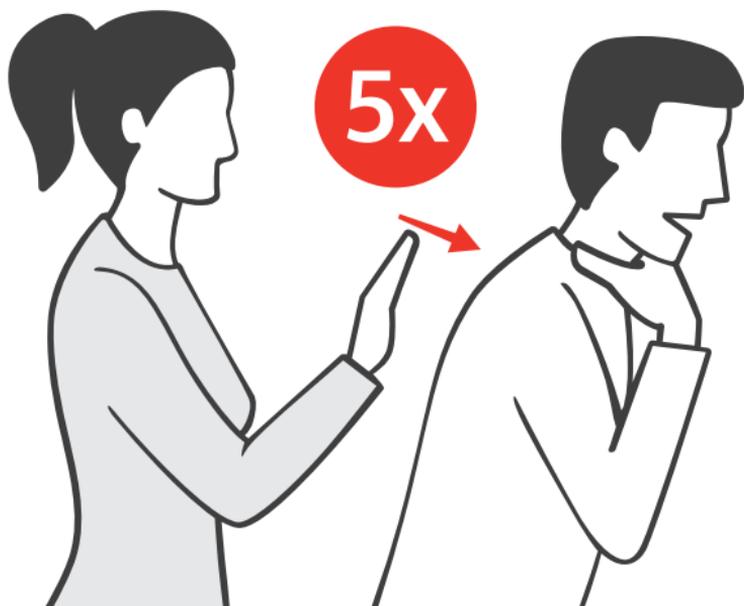
Asfixia (obstrucción total de la vía respiratoria)



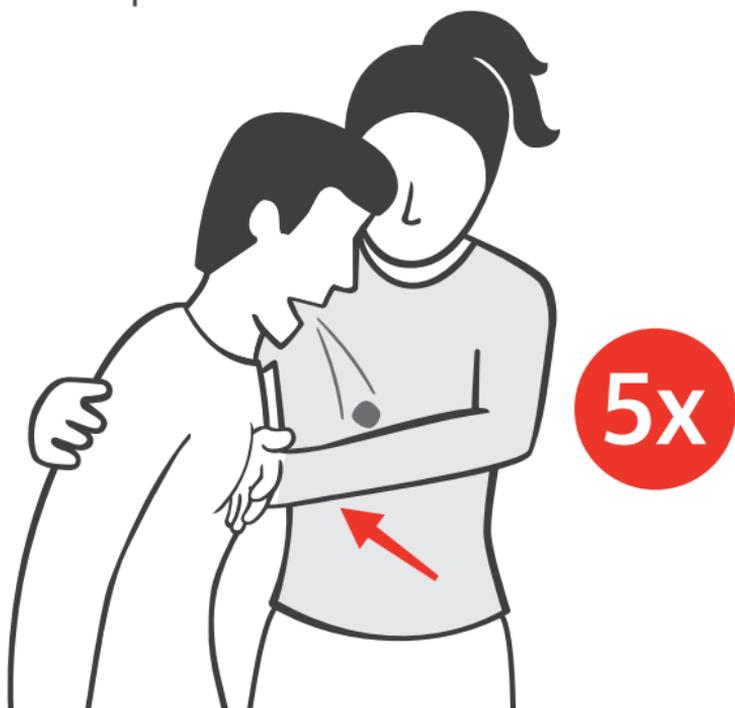
Llame al **000**

1

Usando el talón de una mano, administre hasta 5 golpes de espalda entre los omóplatos de la persona.



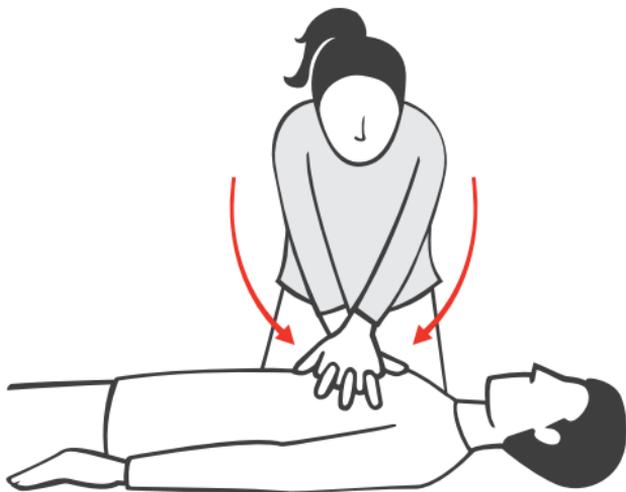
- 2 Si no tiene éxito, realice hasta 5 empujes en el pecho empujando el talón de la mano hacia la mitad inferior del esternón; asegúrese de que la espalda esté apoyada durante cada empuje. Verifique después de cada empuje para ver si se eliminó el bloqueo.



- 3 Si la obstrucción no se alivia, continúe alternando 5 golpes de espalda con 5 empujes en el pecho.



- 4 Si la persona está inconsciente, realice la RCP (reanimación cardiopulmonar).





El shock

- 1 Tranquilice a la persona



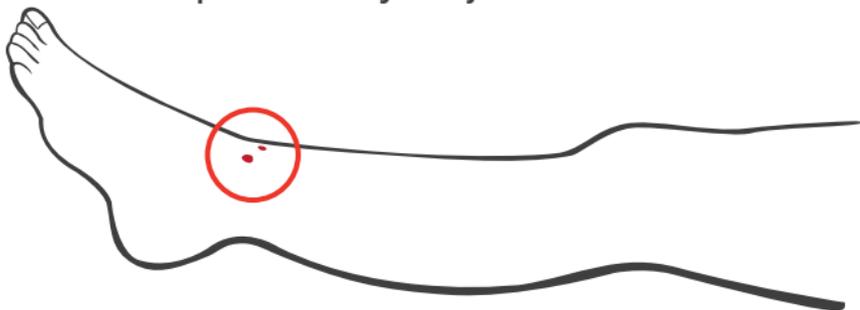
- 2 Acueste a la persona, mantenga la temperatura corporal. No le permita comer o beber.





Mordidas de serpiente

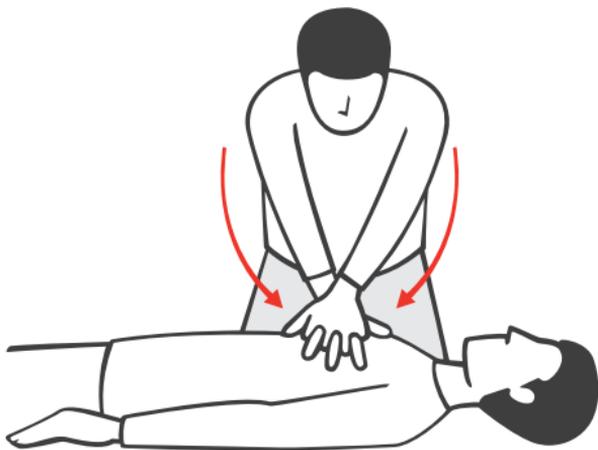
- 1 Mantenga a la persona acostada, tranquilizada y bajo observación.



- 2 Llame al **000**



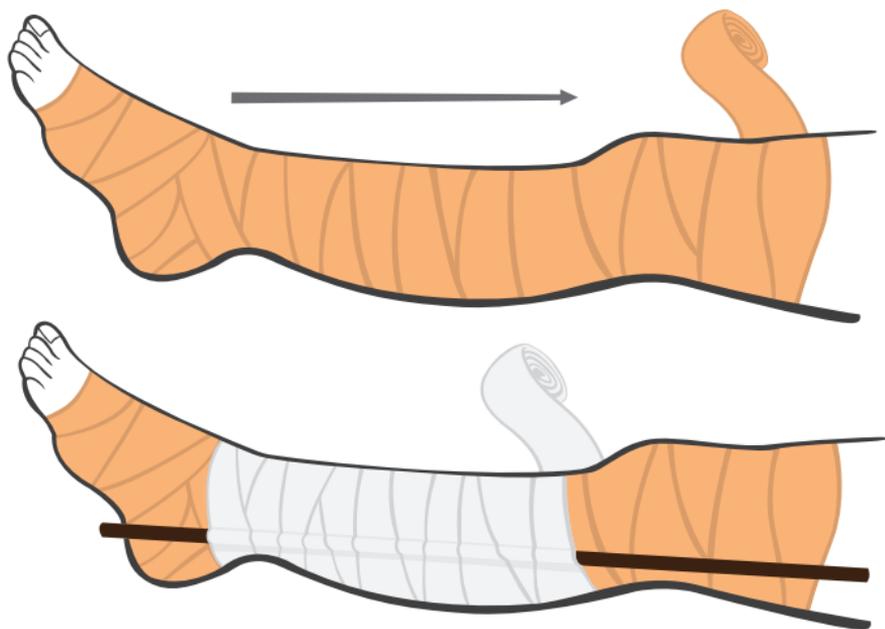
- 3 Comience la RCP (reanimación cardiopulmonar) si es necesario



- 4 Si la mordida ocurrió en una extremidad, aplique un vendaje firme en el sitio de la mordida. Asegúrese que la extremidad esté inmovilizada y que la persona permanezca quieta.



- 5 Coloque el vendaje empezando desde la extremidad de la articulación y hacia arriba, cubriendo la mayor cantidad posible de la extremidad . Si es posible, aplique una tablilla por debajo de la extremidad para mantenerla inmobilizada.



- 6 Mantenga la persona inmobilizada hasta que llegue la ambulancia.

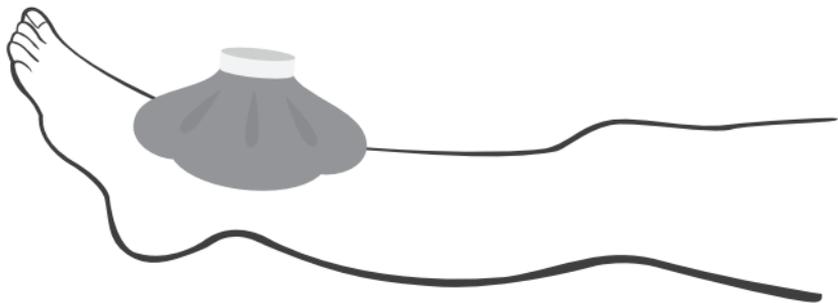


Picaduras de araña

- 1 Las picaduras de arañas altamente venenosas, como la araña de tela en embudo deben tratarse de la misma manera que una **MORDIDA DE SERPIENTE.**

- 2 Tratar las picaduras de otras arañas con compresas frías y solicitar atención médica inmediata.

No aplicar hielo directamente sobre la piel sin protección





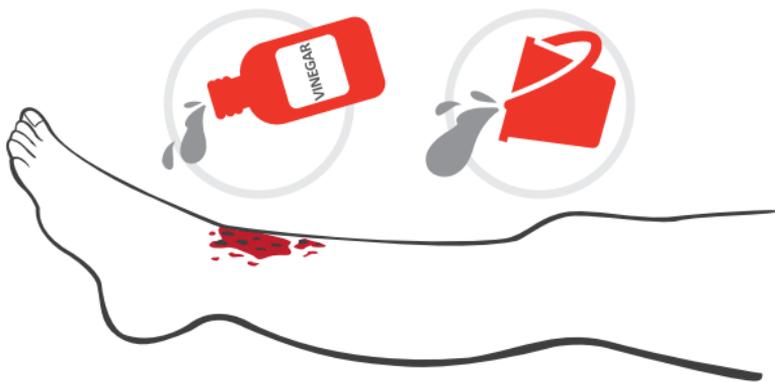
Picaduras de medusa

- 1 Los primeros auxilios dependen del tipo de medusa. Si la persona manifiesta dificultad respiratoria, llame al **000**.

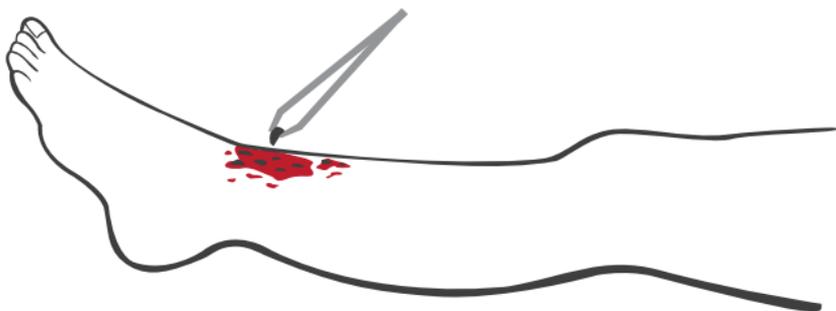


- 2 En caso de picadura de medusas altamente venenosas como la avispa marina (box jellyfish): Llame al **000** y vierta vinagre sobre la herida. Use agua de mar para ayudar a retirar los tentáculos. Para picaduras de medusa blue bottle, proceder como sigue.

- 3 Para calmar el dolor, aplique agua caliente sobre la herida; el agua no debe estar más caliente de lo que puede soportar.



- 4 Retire cualquier tentáculo restante.



- 5 Si no hay agua caliente, aplique una compresa fría.

No aplique hielo directamente sobre la piel sin protección.



- 6 Observe si la persona se encuentra angustiada y si es necesario proceda con RCP (reanimación cardiopulmonar).

- 7 Para picaduras de medusa como la bluebottle: retire los tentáculos, pero no frotar la piel con toallas y no poner arena en la herida.



- 8 Enjuague con agua de mar (no agua dulce). Vierta agua caliente sobre el área picada (afectada?).

La temperatura del agua no debe estar más caliente de lo que puede soportar.

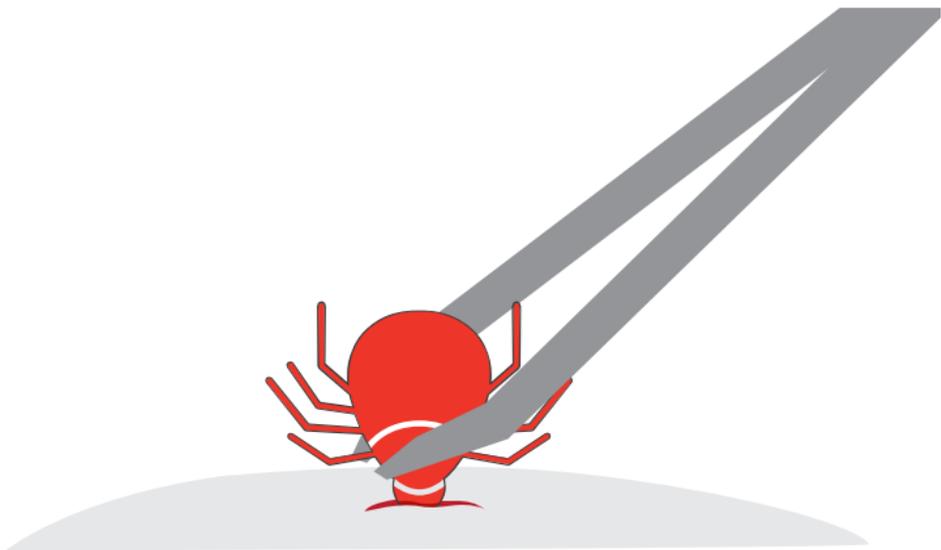


- 9 Solicitar atención médica.

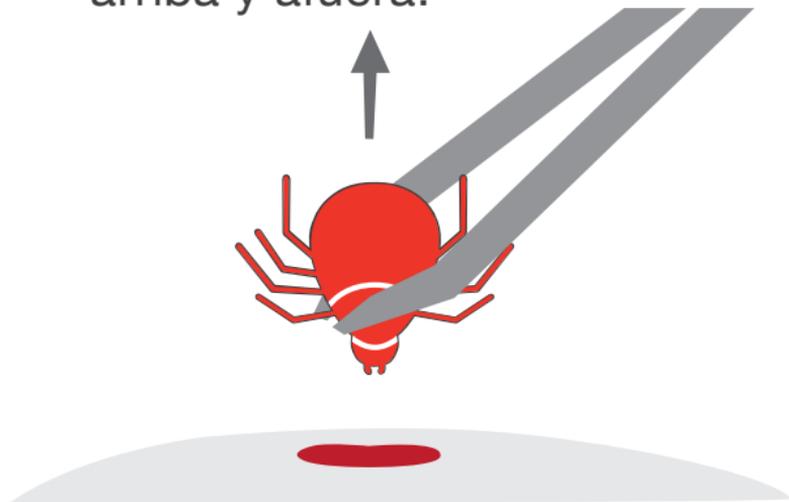


Picaduras de garrapata

- 1 Con una pinza de punta fina, sujete la garrapata lo más cerca de la piel.



- 2 Tire cuidadosamente hacia arriba y afuera.



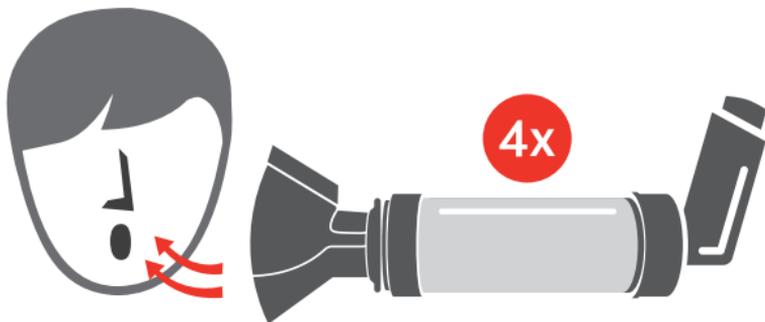
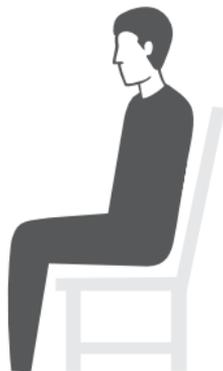
- 3 Enjuague la herida con solución salina o con agua limpia.





Crisis asmática

- 1 Ayude a la persona a ponerse sentada cómodamente, en posición vertical.
- 2 Tranquilice a la persona.
- 3 Siga el plan de asma de la persona o ayúdela a introducir una dosis del inhalador en el espaciador, si está disponible, luego 4 respiraciones a través del espaciador. Hacerlo 4 veces, luego repetir cada 4 minutos si no hay mejoramiento.



4

Si la crisis asmática es grave, o no hay medicamento al alcance, llame al 000.



Aprenda los primeros auxilios con la **Cruz Roja**

Siendo uno de los más grandes proveedores de capacitación en primeros auxilios en el mundo, la Cruz Roja se compromete a mejorar la salud, la seguridad y el bienestar de la comunidad.

La Cruz Roja facilita la capacitación en primeros auxilios, también a nivel de especialización, en sectores de atención siquiátrica, para clubes, escuelas y empresas, singularmente o en grupos.

Para más información, para reservar un curso o para comprar productos y kits de primer auxilio, dirigirse a:

[https://www.redcross.org.au/
get-involved/learn/first-aid](https://www.redcross.org.au/get-involved/learn/first-aid)

o llamar al 1300 367 428

Los ingresos generados a través de los servicios de capacitación de la Cruz Roja respaldan nuestro trabajo humanitario constante a nivel local, nacional e internacional.

Esta guía ha sido desarrollada con fines educativos y nada en esta guía constituye consejo médico o es un sustituto para buscar asistencia médica o de emergencia. No debe confiar en la información de esta guía como alternativa al consejo médico de su doctor. Nunca debe retrasar la búsqueda de consejo médico, ignorar el consejo médico o suspender el tratamiento médico debido a la información en esta guía. Si tiene alguna pregunta sobre la idoneidad o el uso de la información proporcionada en esta guía, debe obtener el consejo de su médico. La información en esta guía se proporciona de buena fe, pero sin garantía expresa o implícita. En la medida permitida por la ley, la Sociedad de la Cruz Roja Australiana no acepta ninguna responsabilidad por cualquier lesión o daño, incluidos, entre otros, daños indirectos o consecuentes, o cualquier daño que surja del uso o en relación con el uso de la guía, ya sea por contrato o en negligencia.