

APUNTES DEL MÓDULO 1

Fundamentos y preparacion ante emergencias

Procedimientos básicos de primeros auxilios

Material de estudio

Módulo 1

Contenido del módulo

- 1 Qué son los primeros auxilios y por qué los minutos iniciales marcan la diferencia
- 2 Rol y límites del respondedor: qué puedes y qué NO puedes hacer
- 3 Activación de la cadena de ayuda y números de emergencia en Chile
- 4 Evaluación de la escena y autoprotección: la regla de oro del respondedor
- 5 Desastres naturales: autoprotección, triaje visual y apoyo comunitario
- 6 Botiquín mínimo y elementos de protección personal del respondedor

Te damos la bienvenida a este módulo fundamental. Antes de aprender cualquier técnica de intervención, necesitas comprender con claridad qué son realmente los primeros auxilios, cuál es tu rol como respondedor y cuáles son tus límites legales y prácticos. Este apunte te prepara para actuar con seguridad, confianza y responsabilidad frente a una emergencia, reconociendo que los primeros minutos pueden marcar la diferencia entre la vida y la muerte. Aquí aprenderás no solo qué hacer, sino también **por qué, hasta dónde y cómo protegerte** mientras ayudas a otros.

1

Qué son los primeros auxilios y por qué los minutos iniciales marcan la diferencia

Los **primeros auxilios** son el conjunto de cuidados inmediatos, temporales y básicos que se prestan a una persona enferma o lesionada **antes** de que llegue la atención profesional especializada. No reemplazan al equipo de salud: su objetivo es **ganar tiempo** y evitar que la situación empeore mientras llega el apoyo médico.

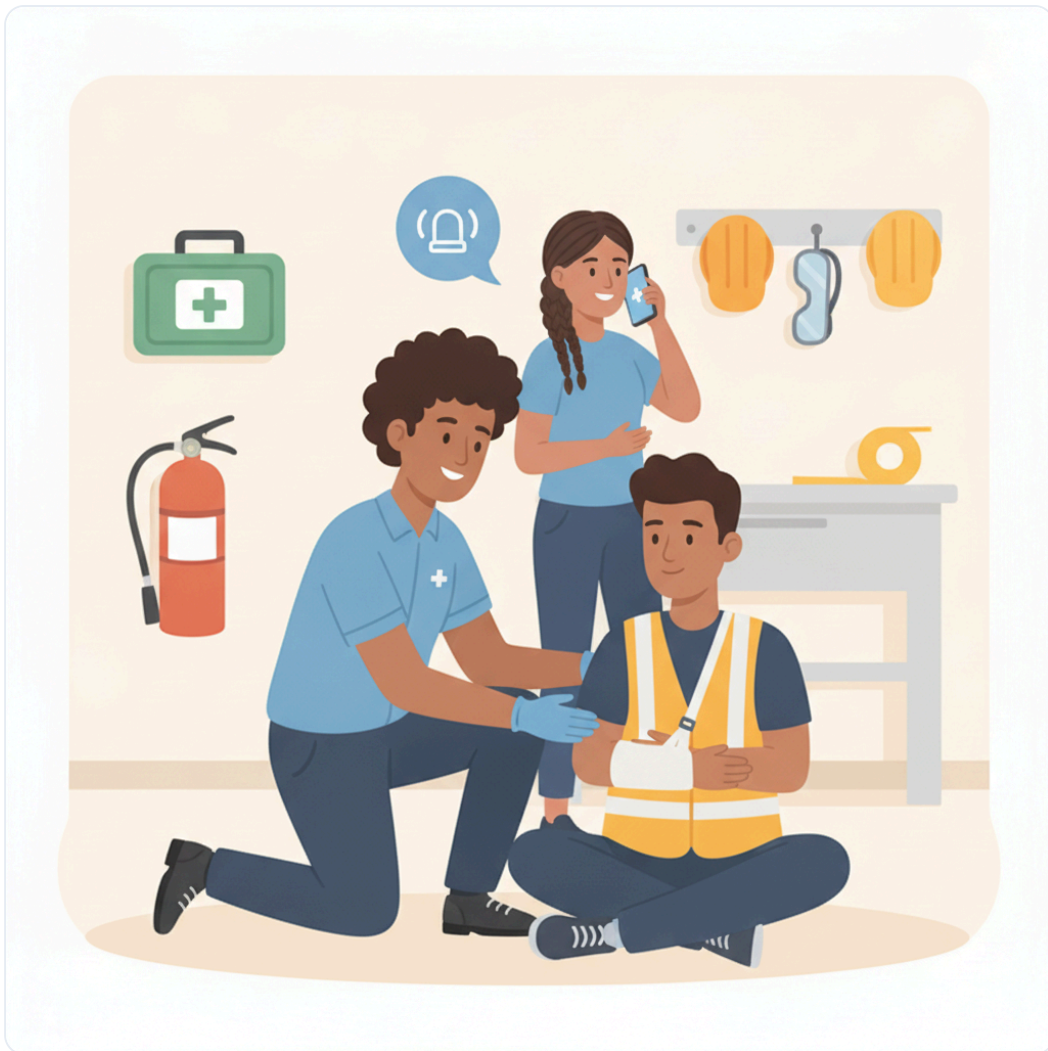
Estos cuidados tienen **tres objetivos fundamentales**, reconocidos por organismos internacionales como la Cruz Roja Internacional y el International Liaison Committee on Resuscitation (ILCOR):

- **Preservar la vida:** mantener las funciones vitales (conciencia, respiración, circulación) hasta la llegada de ayuda profesional.
- **Evitar que la lesión empeore:** impedir que el daño se agrave por una mala manipulación, movimientos incorrectos o dejar a la víctima desatendida.
- **Favorecer la recuperación:** brindar consuelo, abrigo y cuidados básicos que reduzcan el impacto físico y emocional del evento.

¿Por qué importan tanto? Porque muchas emergencias dependen críticamente del **tiempo**. Considera estos ejemplos del ámbito laboral:

- En una **obra de construcción**, un trabajador sufre un paro cardíaco. Sin circulación, el cerebro comienza a sufrir daño irreversible en 4 a 6 minutos. Si un compañero capacitado inicia RCP de inmediato, puede sostener la circulación mínima hasta que llegue el SAMU, multiplicando las posibilidades de sobrevivir.
- En una **planta industrial**, un operario se corta profundamente con una herramienta. Un respondedor que aplica presión directa sobre la herida puede controlar la hemorragia y evitar un shock hipovolémico mientras llega la ambulancia.
- En una **oficina**, una persona presenta signos de atragantamiento. Un compañero entrenado que reconoce los signos y aplica maniobras de desobstrucción puede despejar la vía aérea en segundos, evitando la asfixia.

Los primeros auxilios convierten a un testigo común en el **primer eslabón de la cadena de ayuda**. No se trata de ser un héroe: se trata de actuar con conocimiento, calma y sentido común en los minutos que pueden salvar una vida.



El respondedor actúa dentro de sus límites: asegura la escena, activa la cadena de ayuda y aplica maniobras básicas mientras llega el apoyo profesional.

✓ Puntos clave

- Los primeros auxilios son cuidados inmediatos y temporales, NO reemplazan la atención médica profesional.
- Sus tres objetivos son: preservar la vida, evitar que la lesión empeore y favorecer la recuperación.
- El tiempo es crítico: actuar en los primeros minutos puede prevenir daños irreversibles.
- Un respondedor capacitado es el primer eslabón de la cadena de ayuda profesional.

Para reflexionar

- ¿Qué emergencias médicas podrían ocurrir en tu lugar de trabajo y cómo impactaría una intervención temprana?
- ¿Por qué crees que es importante NO intentar reemplazar al personal médico, sino solo ganar tiempo?
- Piensa en un caso real o hipotético: ¿cómo cambiaría el desenlace si nadie actuara en los primeros minutos?

2

Rol y límites del respondedor: qué puedes y qué NO puedes hacer

El **respondedor** (también llamado primer interviniente o socorrista lego) es la persona sin formación sanitaria avanzada que presta los primeros auxilios. Tu rol tiene un **alcance definido** y, sobre todo, **límites claros** que debes respetar para actuar de forma segura y legal.

Lo que SÍ debe hacer un respondedor	Lo que NO debe hacer un respondedor
Garantizar la seguridad de la escena antes de actuar.	Realizar procedimientos para los que no está capacitado (ej. administrar medicamentos, reducir fracturas, suturar heridas).
Activar la cadena de ayuda llamando a los servicios de emergencia.	Exceder sus límites poniendo en riesgo su propia seguridad o la de la víctima.
Aplicar maniobras básicas dentro de su nivel de formación (RCP, control de hemorragias, posición de recuperación).	Mover a una víctima con posible lesión de columna sin necesidad extrema.
Acompañar, tranquilizar y dar soporte emocional a la víctima.	Diagnosticar enfermedades o tomar decisiones médicas fuera de su competencia.

Consideraciones legales básicas que todo respondedor debe conocer:

- **Consentimiento:** Si la persona está **consciente**, debes presentarte, explicar qué vas a hacer y **pedir su autorización** antes de ayudarla. Por ejemplo: "Hola, mi nombre es Juan, tengo formación en primeros auxilios. ¿Me permite ayudarlo?". Si la persona rechaza la ayuda, debes respetar su decisión, pero igual debes llamar a emergencias. Si la persona está **inconsciente**, es menor de edad sin un adulto responsable presente, o está confundida y en peligro inminente, se aplica el **consentimiento implícito**: se asume que aceptaría la ayuda que necesita para salvar su vida.
- **Deber de socorro:** En muchas legislaciones, incluida la chilena, existe la obligación moral —y en ciertos casos legal— de prestar auxilio o, como mínimo, de **dar aviso** a los servicios de emergencia. Negar el auxilio pudiendo darlo sin riesgo propio puede tener consecuencias legales (omisión de socorro).
- **Actuar de buena fe:** Si actúas dentro de tu formación, con prudencia y sin negligencia grave, estarás protegido legalmente. No se espera que seas perfecto, pero sí que hagas tu mejor esfuerzo razonable.

Ejemplo laboral: En un casino de una empresa, un trabajador se desmaya. Como respondedor, te acercas, verificas que respira, lo colocas en posición de recuperación y llamas al 131. **NO** intentas administrarle azúcar ni agua porque está inconsciente (riesgo de asfixia), **NO** lo dejas solo y **SÍ** lo monitoras hasta que llega el SAMU. Actuaste dentro de tu rol.

✓ Puntos clave

- El respondedor actúa dentro de sus límites: NO diagnostica, NO administra medicamentos, NO realiza procedimientos médicos.
- Debes solicitar consentimiento si la víctima está consciente; si está inconsciente, aplica el consentimiento implícito.
- Existe un deber de socorro: debes ayudar o al menos dar aviso a emergencias si puedes hacerlo sin riesgo.
- Actuar de buena fe, dentro de tu formación y sin negligencia, te protege legalmente.

Para reflexionar

- ¿Qué harías si un compañero de trabajo rechaza tu ayuda pero está claramente en peligro?
- ¿Qué límites de tu rol como respondedor crees que son más difíciles de respetar en una emergencia real?
- Si en tu empresa ocurriera una emergencia, ¿cómo te asegurarías de pedir consentimiento adecuadamente?

3

Activación de la cadena de ayuda y números de emergencia en Chile

Una de las acciones más valiosas que puedes hacer como respondedor es **pedir ayuda bien y a tiempo**. Saber a quién llamar, qué información entregar y cómo coordinar la activación del sistema de emergencias puede reducir significativamente el tiempo de respuesta y mejorar el pronóstico de la víctima.

La **cadena de ayuda** es la secuencia de acciones que conecta a la víctima con la atención especializada. El respondedor **inicia esa cadena** activando los servicios de emergencia lo antes posible.

Números de emergencia en Chile:

Número	Servicio	Cuándo llamar
131	SAMU (Servicio de Atención Médica de Urgencia)	Emergencias de salud: paros cardíacos, lesiones graves, pérdida de conciencia, dificultad respiratoria, dolor torácico, convulsiones.
132	Bomberos	Incendios, rescates, fugas de gas, derrames de sustancias peligrosas, personas atrapadas, emergencias técnicas.
133	Carabineros	Accidentes de tránsito, hechos de violencia, control de la escena, seguridad pública.

Información crítica que debes entregar al llamar (no cortes la llamada hasta que el operador te lo indique):

- **Lugar exacto:** dirección completa, referencias claras (ej. "Avenida Libertador Bernardo O'Higgins 1234, frente al metro Los Héroes"), piso, sector, nombre de la empresa.
- **Qué ocurrió:** tipo de emergencia (accidente laboral, caída de altura, electrocución, desmayo, atragantamiento, etc.).
- **Cuántas víctimas hay** y su estado aparente (consciente o no, respira o no, sangrado visible, etc.).
- **Riesgos presentes:** fuego, tránsito vehicular, cables eléctricos, gases, estructuras inestables, sustancias químicas.
- **Tus datos de contacto** por si necesitan llamarte de vuelta o solicitar información adicional.

Regla práctica para evitar que nadie llame: Si hay varias personas presentes, **designa a alguien específico** para que haga la llamada. Di, por ejemplo: "*Tú, el de chaqueta azul, llama ahora al 131 y avísame cuando lo hayas hecho*". Así evitas el fenómeno psicológico de "difusión de responsabilidad", donde todos asumen que otro ya llamó.

Ejemplo laboral: En una fábrica, un operario queda atrapado bajo una carga que cayó. Designas a un compañero para llamar al 131 (emergencia médica) y a otro para llamar al 132 (rescate técnico). Mientras tanto, tú evalúas la escena, aseguras que no haya más riesgo de caída y tranquilizas a la víctima hasta que llegue ayuda.



Un botiquín completo, accesible y revisado periódicamente es fundamental para una respuesta efectiva ante emergencias.

✓ Puntos clave

- La activación temprana del sistema de emergencias es una prioridad absoluta: mientras antes llames, antes llega la ayuda.
- En Chile: 131 (SAMU), 132 (Bomberos), 133 (Carabineros). Conoce cuándo usar cada uno.
- Entrega información clara y completa: lugar exacto, qué pasó, cuántas víctimas, estado y riesgos.
- Designa a una persona específica para llamar y pide confirmación de que lo hizo.

Para reflexionar

- ¿Qué información específica de tu lugar de trabajo deberías tener siempre lista para entregar al 131?
- ¿Qué riesgos o características particulares de tu entorno laboral deberías mencionar al activar emergencias?
- ¿Cómo organizarías a tu equipo de trabajo para asegurar que alguien siempre llame en una emergencia?

4

Evaluación de la escena y autoprotección: la regla de oro del respondedor

Antes de correr a auxiliar a alguien, **detente un segundo**. La primera regla de oro de los primeros auxilios es proteger tu propia seguridad: **un respondedor herido no puede ayudar a nadie** y se convierte en una víctima más, complicando la emergencia y sobrecargando los recursos de ayuda.

Antes de tocar a la víctima, debes hacer una **evaluación rápida de la escena**. El principio rector es: **seguridad primero**, en este orden de prioridad:

1. **Tu seguridad (la del respondedor):** evalúa si puedes acercarte sin riesgo. Si la escena es peligrosa y no puedes controlarla, NO entres; espera y pide ayuda especializada.
2. **La seguridad de la víctima:** protégela de peligros adicionales (tráfico, fuego, caída de objetos) solo si puedes hacerlo de forma segura.
3. **La seguridad de terceros y curiosos:** mantén alejadas a las personas no involucradas para evitar más lesiones y facilitar el trabajo de los equipos de emergencia.

Peligros frecuentes que debes identificar antes de actuar:

- **Tránsito vehicular o maquinaria en movimiento:** en accidentes de tránsito o en plantas industriales, asegura que los vehículos estén detenidos y señalizados antes de acercarte.
- **Riesgo eléctrico:** cables caídos, equipos energizados, contacto con agua. Nunca toques a una víctima que esté en contacto con electricidad; primero corta la fuente de energía o espera a personal especializado.
- **Fuego, humo, gases o sustancias químicas:** no ingreses a ambientes con humo denso, gases tóxicos o derrames químicos sin equipo de protección adecuado. Llama a Bomberos.
- **Estructuras inestables o riesgo de caída:** edificios dañados, andamios inestables, terrenos con riesgo de derrumbe. Espera a equipos de rescate técnico.
- **Personas agresivas o situaciones de violencia:** si la emergencia ocurrió en un contexto de violencia, asegura primero que la escena esté controlada por Carabineros.

Una vez que la escena es segura, observa:

- **¿Qué pasó?** (mecanismo de lesión: caída, golpe, descarga eléctrica, etc.)
- **¿Cuántas víctimas hay?**
- **¿Qué recursos tienes a mano?** (botiquín, desfibrilador, personas capacitadas, etc.)

Elementos de protección personal (EPP): Recuerda usar siempre tus elementos de protección antes de tocar a la víctima, especialmente **guantes desechables**, para crear una barrera frente a fluidos corporales (sangre, saliva, vómito) y reducir el riesgo de infecciones. Si es posible, usa también mascarilla y protección ocular.

Ejemplo laboral: En una bodega, escuchas un grito y ves a un compañero en el suelo cerca de una estantería caída. Antes de correr hacia él, te detienes y evalúas: ¿la estantería está estable o puede caer más carga? ¿Hay productos químicos derramados? ¿El piso está resbaladizo? Solo cuando confirmas que es seguro, te acercas con guantes puestos, llamas al 131 y comienzas a evaluar a la víctima.

La autoprotección no es egoísmo: **es la condición para poder ayudar de verdad.**

✓ Puntos clave

- Regla de oro: tu seguridad primero. Un respondedor herido es una víctima más.
- Evalúa la escena antes de actuar: identifica peligros (tráfico, electricidad, fuego, estructuras, violencia).
- Usa siempre elementos de protección personal (guantes, mascarilla) antes de tocar a la víctima.
- Solo actúa si la escena es segura; si no lo es, llama a ayuda especializada y espera.

Para reflexionar

- ¿Qué peligros específicos existen en tu lugar de trabajo que deberías evaluar antes de prestar primeros auxilios?
- ¿Qué harías si llegas a una emergencia y la escena NO es segura para ti?
- ¿Cómo te asegurarías de tener siempre elementos de protección personal disponibles y accesibles?

5

Desastres naturales: autoprotección, triaje visual y apoyo comunitario

Chile es un país altamente sísmico y expuesto a múltiples amenazas naturales (terremotos, tsunamis, incendios forestales, inundaciones, erupciones volcánicas). Cuando ocurre un desastre de gran magnitud, los servicios de emergencia pueden tardar en llegar o estar sobrepasados. Por eso es vital que sepas **autoprotegerte, reconocer quién necesita ayuda primero y colaborar con tu comunidad**.

En un **desastre natural** puede haber muchas víctimas y pocos recursos. El respondedor aplica tres ideas clave:

1. Autoprotección en desastres:

- Mantén la calma y ubícate en una **zona segura** alejada de estructuras inestables, vidrios rotos, postes, cables eléctricos y objetos que puedan caer.
- En un sismo, protege tu cabeza y cuello; aléjate de ventanas, estanterías y objetos pesados. Si estás en un edificio, ubícate junto a un muro estructural o bajo un escritorio resistente.
- Identifica las **vías de evacuación** y los puntos de encuentro previamente definidos en tu lugar de trabajo o comunidad.
- **No uses ascensores** durante o después de un sismo. Usa siempre las escaleras.
- Corta suministros de gas y electricidad si existe riesgo de fugas o cortocircuitos.
- **Atiende a otros solo cuando el entorno sea seguro para ti.**

2. Triage visual básico (clasificar para priorizar):

En un evento con múltiples víctimas, no puedes atender a todos al mismo tiempo. Debes hacer una **evaluación rápida** para decidir a quién atender primero, buscando hacer el **mayor bien al mayor número de personas**.

Observación	Prioridad de atención	Razonamiento
Persona en silencio, no se mueve, no responde	Atención inmediata	Puede no estar respirando o estar en paro cardíaco. Requiere intervención urgente.
Persona que grita, llora, se mueve o camina	Menor prioridad inicial	Sus vías aéreas están abiertas y su circulación funciona. Puede esperar mientras atiendes casos críticos.
Persona con hemorragia visible severa	Atención inmediata	Riesgo de shock hipovolémico. Requiere control de hemorragia urgente.

Idea clave del triaje: La persona que **grita o se mueve** tiene la vía aérea abierta y circulación activa, por lo que puede esperar. La que está **callada e inmóvil** debe ser evaluada con prioridad absoluta para verificar si respira y tiene pulso.

3. Apoyo comunitario:

- Organízate con vecinos, compañeros de trabajo o personas cercanas para distribuir tareas (búsqueda, primeros auxilios, comunicación, apoyo logístico).
- Comparte **información verificada** y evita difundir rumores que generen pánico.
- Ayuda prioritariamente a personas mayores, niños, personas con discapacidad o movilidad reducida, y embarazadas.
- Colabora con las autoridades y sigue las instrucciones de los equipos de emergencia cuando lleguen.

Ejemplo laboral: Tras un terremoto en una empresa de varios pisos, el respondedor verifica primero su propia seguridad y la de su entorno inmediato. Luego, en el punto de encuentro, observa a varias personas: algunas caminan y lloran (pueden esperar), pero nota a una persona tirada e inmóvil. Se acerca con precaución, verifica que respira y la coloca en posición de recuperación, mientras otros compañeros llaman al 131 y organizan el apoyo al resto del personal.

✓ Puntos clave

- En desastres naturales, tu primera acción es autoprotegerte: ubícate en zona segura, identifica vías de evacuación.
- El triaje visual te permite priorizar: atiende primero a quienes están inmóviles y en silencio (riesgo vital).
- El apoyo comunitario es clave: organízate con otros, comparte información verificada, ayuda a los más vulnerables.
- Colabora con las autoridades y sigue sus instrucciones cuando lleguen los equipos de emergencia.

Para reflexionar

- ¿Tu lugar de trabajo tiene un plan de evacuación y puntos de encuentro claramente definidos? ¿Los conoces?
- Si ocurriera un sismo mientras estás trabajando, ¿qué harías en los primeros segundos para protegerte?
- ¿Cómo podrías colaborar con tus compañeros para organizar una respuesta efectiva tras un desastre natural?

Botiquín mínimo y elementos de protección personal del respondedor

Un buen respondedor está preparado: conoce su botiquín, lo mantiene en orden y nunca olvida sus **elementos de protección personal** antes de tocar a una víctima. Tener los recursos adecuados, accesibles y en buen estado puede marcar la diferencia entre una intervención efectiva y una improvisación riesgosa.

¿Qué es el botiquín de primeros auxilios?

Es el conjunto de insumos básicos para atender lesiones leves y dar primera respuesta en emergencias. Un botiquín adecuado debe estar:

- **Señalizado:** con una cruz verde o símbolo reconocible.
- **Accesible:** ubicado en un lugar conocido por todos, sin obstáculos.
- **Revisado periódicamente:** verificar que no haya materiales vencidos, sucios o agotados.
- **Libre de materiales vencidos o contaminados.**

Elementos mínimos recomendados de un botiquín básico:

- **Guantes desechables** (varios pares, idealmente de nitrilo para evitar alergias al látex) y **mascarillas**.
- **Gasas estériles** de diferentes tamaños, apósitos y compresas.
- **Vendas de gasa** y **vendas elásticas** de distintos tamaños.
- **Tela adhesiva** (cinta médica) y **vendas triangulares** para inmovilizaciones o cabestrillos.
- **Solución salina o suero fisiológico** para limpiar heridas (nunca uses agua oxigenada o alcohol directamente en heridas abiertas).
- **Antiséptico** para piel sana alrededor de heridas (por ejemplo, povidona yodada o clorhexidina).
- **Tijeras de punta roma** y **pinzas** de punta fina.
- **Manta térmica** o frazada para prevenir hipotermia.
- **Guía rápida de primeros auxilios** y lista actualizada con los números de emergencia (131, 132, 133).

Importante: El botiquín básico **NO incluye medicamentos** para administrar por iniciativa propia (analgésicos, antiinflamatorios, etc.), ya que su administración excede el rol del respondedor y puede generar reacciones adversas o enmascarar síntomas importantes para el diagnóstico médico.

Elementos de protección personal (EPP) del respondedor:

Su función es crear una **barrera** frente a fluidos corporales (sangre, saliva, vómito, orina) y reducir el riesgo de transmisión de infecciones tanto para el respondedor como para la víctima.

- **Guantes desechables:** úsalos SIEMPRE antes de tocar a una víctima, especialmente si hay sangre o fluidos visibles. Cámbialos entre víctimas.
- **Mascarilla:** protege de salpicaduras y reduce riesgo de transmisión de enfermedades respiratorias.
- **Protección ocular** (lentes o careta): si existe riesgo de salpicaduras de sangre o fluidos.
- **Barreras para RCP:** mascarilla de bolsillo con válvula unidireccional, si vas a dar ventilaciones de rescate.

Ejemplo laboral: En una fábrica, un trabajador se corta la mano con una herramienta. El respondedor va al botiquín, se coloca guantes desechables, toma gasas estériles y solución salina. Limpia alrededor de la herida, aplica presión directa con gasa limpia para detener el sangrado, y espera al SAMU. **No** aplica pomadas, **no** administra analgésicos y **no** toca la herida con las manos desnudas.

Recuerda: el botiquín es tu aliado, pero solo si está completo, accesible y lo usas correctamente. Revísalo al menos una vez al mes y repón lo que se agote o venza.

✓ Puntos clave

- El botiquín debe estar señalizado, accesible, revisado periódicamente y libre de materiales vencidos.
- Elementos mínimos: guantes, mascarillas, gasas, vendas, solución salina, antiséptico, tijeras, pinzas, guía rápida.
- El botiquín básico NO incluye medicamentos para administrar: eso excede el rol del respondedor.
- Usa siempre EPP (guantes, mascarilla, protección ocular) para protegerte de fluidos corporales y evitar infecciones.

Para reflexionar

- ¿Dónde está ubicado el botiquín en tu lugar de trabajo? ¿Está señalizado y todos saben dónde encontrarlo?
- ¿Quién es responsable de revisar y reponer el botiquín en tu organización? ¿Se hace periódicamente?
- ¿Qué harías si necesitas atender una emergencia y no tienes guantes desechables disponibles?

Esquema de conceptos clave

Primeros auxilios	Cuidados inmediatos, temporales y básicos antes de la atención profesional. Objetivos: preservar la vida, evitar que empeore la lesión, favorecer la recuperación.
Rol del respondedor	Persona sin formación médica avanzada que actúa dentro de sus límites: asegura la escena, activa emergencias, aplica maniobras básicas, acompaña. NO diagnostica, NO administra medicamentos.
Cadena de ayuda y números de emergencia	Activación temprana del sistema de emergencias (131 SAMU, 132 Bomberos, 133 Carabineros). Entregar información clara: lugar, qué pasó, cuántas víctimas, estado, riesgos.
Evaluación de escena y autoprotección	Regla de oro: tu seguridad primero. Identificar peligros (tráfico, electricidad, fuego, estructuras). Usar EPP (guantes, mascarilla). Solo actuar si es seguro.

Desastres naturales y triaje visual

Autoprotección en desastres (zona segura, vías de evacuación).
Triage: priorizar a quien está inmóvil y en silencio. Apoyo comunitario organizado.

Botiquín y EPP

Botiquín: señalizado, accesible, revisado. Elementos mínimos: guantes, gasas, vendas, solución salina, tijeras. EPP: guantes, mascarilla, protección ocular. NO medicamentos.

En síntesis. Has completado el módulo de fundamentos y preparación ante emergencias. Ahora comprendes qué son realmente los primeros auxilios, cuál es tu rol como respondedor, cuáles son tus límites legales y prácticos, cómo activar la cadena de ayuda, cómo evaluar la escena con seguridad y cómo prepararte con los elementos esenciales. Este conocimiento es la base sólida sobre la cual construirás tus habilidades prácticas en los módulos siguientes. Recuerda siempre: **tu seguridad primero, actúa dentro de tus límites, pide ayuda temprano y mantén la calma.** Estás dando el primer paso para convertirte en un verdadero primer eslabón de la cadena de ayuda.