**Las normas esenciales de primeros auxilios:**

* **Norma 1:** **Llame al 911 si es necesario.**
* El tiempo es importante. Si se determina que se necesitan los servicios médicos de emergencia, llame inmediatamente.
* **Norma 2: Debe recibir capacitación adecuada y certificación en primeros auxilios y CPR para ayudar a una persona lesionada.**
* Puede hacer más daño si no está entrenado adecuadamente. Es importante saber no sólo qué hacer, pero lo que no se debe hacer.
* **Norma 3: No mueva a una persona lesionada**
	+ No intente mover a una persona lesionada a menos que la persona está en peligro inminente. El movimiento inadecuado o descuidado puede aumentar la gravedad de una lesión.

**Tipos de lesiones:**

* **Fracturas:** El tratamiento de fracturas no es para aficionados. Deje a la víctima en su lugar hasta que un profesional médico llega con maquinaria y equipo adecuado.
* **Contacto de alambre eléctrico:** Si una persona ha hecho contacto con un alambre eléctrico vivo, un individuo entrenado correctamente puede tratar de liberar a la persona si se puede hacerlo de una manera segura.
* **Salpicaduras, quemaduras o ingestión de sustancias químicas:** Se requieren pasos diferentes de primeros auxilios basado en la sustancia química y la parte del cuerpo que hizo contacto con la sustancia química. Consulte a la planilla de datos de seguridad (SDS por sus siglas en inglés) de archivo para los procedimientos requeridos de primeros auxilios.
* **Lesiones menores, tales como quemaduras, cortadas, cortes y arañazos:**
* Estas son las lesiones más comunes que usted encontrará.
* Tratar las lesiones menores en seguida es mejor que tratarlas después de que han empeorado.
* Si una sustancia química no estuvo involucrada en la lesión, limpie la lesión con agua y jabón durante 3 minutos y cubra con un vendaje.
* Si la lesión involucra el contacto con fluidos corporales de otra persona, incluso sangre, saliva o herida abierta, siga los pasos de post-exposición en su plan de control de exposición de patógenos transmitidos por la sangre.

**Siga las pautas adicionales del lugar de trabajo:**

* Relate todos los incidentes al supervisor inmediatamente.
* Si usted no sabe cómo manejar la situación:
* Active el plan de acción de emergencia.
* Llame al 911.
* Consiga la ayuda inmediatamente.

Este formulario acredita que se brindó la capacitación antes mencionada a los participantes incluidos en la lista. Al firmar a continuación, cada participante confirma que ha recibido esta capacitación.

Organización: Fecha:

Instructor: Firma del instructor:

**Participantes de la clase:**

Nombre: Firma:

Nombre: Firma:

Nombre: Firma:

Nombre: Firma:

Nombre: Firma:

Nombre: Firma:

Nombre: Firma:

Nombre: Firma:

Nombre: Firma:

Nombre: Firma:

Nombre: Firma:

Nombre: Firma:

Nombre: Firma:

Nombre: Firma:

Nombre: Firma:

Nombre: Firma: