



# Saúde laboral

## Boletín nº 54

Nº 54    OUTUBRO 2024    CIG - GABINETE TÉCNICO CONFEDERAL DE SAÚDE LABORAL    [www.cigsaudelaboral.org](http://www.cigsaudelaboral.org)

### SUMARIO

#### ANÁLISE-OPINIÓN

**ACCIDENTES DE TRABALLO NA GALIZA.**  
“De mal en peor”. Principais resultados  
XANEIRO-XUÑO 2023/2024.

*Gabinete Técnico Confederal de Saúde Laboral*

#### INFORMACIÓN

#### ORGANIZACIÓN

**ORGANIZACIÓN DOS PRIMEROS  
AUXILIOS NA EMPRESA**

#### ANOS OCUPACIONAIS

*Gabinete Técnico Confederal de Saúde Laboral*



*EDITA: Gabinete Técnico Confederal de Saúde Laboral*

FINANCIADO POR:



# Organización dos primeiros auxilios na empresa

**O**s primeiros auxilios son a asistencia inmediata que se presta ás vítimas de accidentes antes da chegada de persoal médico especializado. O seu obxectivo é deter e, se é posible, reverter o dano ocasionado. Consisten nunha serie de medidas rápidas e sinxelas, como liberar a vía aérea, aplicar presión sobre as feridas sangüentas ou lavar as queimaduras químicas situadas nos ollos ou na pel.

Os factores principais que definen os servizos de primeiros auxilios dun lugar de traballo son os riscos específicos da actividade e a dispoñibilidade de asistencia médica definitiva.

Evidentemente, a asistencia que require unha lesión causada por unha serra de gran potencia é radicalmente diferente da que require a producida pola inhalación dun produto químico.

Dende a perspectiva dos primeiros auxilios, unha ferida grave na coxa que se produce preto dun hospital dotado de servizo cirúrxico require basicamente pouco máis que un transporte rápido e adecuado; se a mesma lesión se produce nunha zona rural situada a oito horas do servizo médico máis próximo, os primeiros auxilios incluían, entre outras cousas, o desbridamento, a ligadura

dos vasos sanguíneos e a administración de inmunoglobulina antitetánica e antibióticos.

O concepto de primeiros auxilios é flexible, non só en canto a que debe facerse (durante canto tempo, con que grao de complexidade), senón tamén polo que respecta a quen debe facelo. Aínda que é necesario actuar con moito coidado, toda persoa traballadora pode coñecer as regras fundamentais sobre o que se debe e non se debe facer en materia de primeiros auxilios.

Nalgunhas situacións, a acción inmediata pode salvar a vida, un membro ou a vista. Os compañeiros/as de traballo das vítimas non deben quedar paralizados mentres esperan a chegada de persoal especializado.

## A importancia dos primeiros auxilios

Nos casos de parada cardíaca por fibrilación ventricular, a desfibrilación realizada durante os catro primeiros minutos logra unhas taxas de supervivencia do 40 ao 50 %, en comparación con valores inferiores ao 5 % se se administra máis tarde. Máis de 250.000 persoas morren de parada cardíaca cada ano só en Europa.

En canto ás lesións químicas oculares, o lavado inmediato con auga pode salvar a vista. Nas lesións da medula espinal, a inmovilización correcta



pode establecer a diferenza entre a recuperación completa e a parálise. Nas hemorragias, a simple aplicación da punta dun dedo sobre un vaso sanguíneo pode deter unha hemorraxia potencialmente mortal.

Con frecuencia, nin sequera a asistencia médica máis avanzada pode reparar os efectos duns primeiros auxilios tardíos e/ou inaxeitados.

### **Primeiros auxilios no contexto da organización xeral da saúde e a seguridade**

A prestación de primeiros auxilios debe ter sempre unha relación directa coa organización xeral da saúde e a seguridade, xa que os primeiros auxilios propiamente ditos non solucionan nada máis que unha pequena parte da asistencia total das persoas traballadoras. Os primeiros auxilios son unha parte da asistencia sanitaria total dos traballadores/as. Na práctica, a súa aplicación dependerá en gran medida das persoas presentes no momento do accidente, xa sexan compañeiros/as de traballo ou persoal médico con formación normalizada. Esta intervención inmediata debe completarse cunha asistencia médica especializada cando sexa necesario.

No [artigo 5 do Convenio sobre os servizos de saúde no traballo, da OIT \(nº 161\)](#), así como na Recomendación do mesmo nome, inclúense os primeiros auxilios e a atención de urxencia nos casos de accidente e indisposición dos traballadores/as no lugar de traballo como parte importante das funcións dos servizos de saúde no traballo. Ámbolos dous instrumentos, adoptados en 1985, regulan o desenvolvemento progresivo de servizos de

saúde no traballo dirixidos a todas as persoas traballadoras.



Todo programa global sobre saúde e seguridade no traballo debe incluír primeiros auxilios, xa que contribúen a reducir ao mínimo as consecuencias dos accidentes e son, por tanto, un dos compoñentes da prevención terciaria. Existe un nexo de unión entre a identificación dos perigos profesionais, a súa prevención, os primeiros auxilios, o tratamento de urxencia, a asistencia médica adicional e o tratamento especializado para a reintegración e a readaptación ao traballo. Os profesionais da saúde no traballo poden desempeñar importantes funcións neste ámbito.

Non é infrecuente que se produzan varios incidentes pequenos ou accidentes menores antes de que teña lugar un accidente grave. Os accidentes que só requiren primeiros auxilios constitúen un sinal que deben atender e utilizar os profesionais da saúde e a seguridade no traballo para dirixir e promover medidas preventivas.

### **Consideracións legais básicas en materia de primeiros auxilios no ámbito laboral**

O estado e a evolución das lesións derivadas dun accidente dependen en gran parte da rapidez e da

calidade dos primeiros auxilios recibidos. A [Lei 31/95, do 8 de novembro, de Prevención de Riscos Laborais](#) (BOE nº 269 do 10 de Novembro de 1995), no Capítulo III, artigo 20 marca como obrigación do empresario/a a análise das posibles situacións de emerxencia así como a adopción das medidas necesarias, entre outras, en materia de primeiros auxilios.

Os puntos para considerar, tal como marca a citada lei, serían:

- Designación do persoal encargado de poñer en práctica ditas medidas previa consulta dos delegados/as de prevención (art. 33 e 36 da LPRL). Devandito persoal, en función dos riscos, deberá recibir a formación adecuada en materia de primeiros auxilios, ser suficiente en número e dispoñer do material adecuado, sempre a teor do tamaño e actividade da empresa, da organización do traballo e do nivel tecnolóxico daquela.
- Revisión ou comprobación periódica do correcto funcionamento das medidas adoptadas.
- Organización das relacións que sexan necesarias con servizos externos para garantir a rapidez e eficacia das actuacións en materia de primeiros auxilios e asistencia médica de urxencias.

A citada lei considera a non adopción de ditas medidas como unha infracción grave (art.47.10) ou moi grave (art. 48.8) se orixina un risco grave e inminente.

A rápida actuación fronte a un accidente pode salvar a vida dunha persoa ou evitar o empeora-

mento das posibles lesións que padeza; así pois, debe ser un obxectivo prioritario da empresa organizar os primeiros auxilios cos medios suficientes tanto humanos como materiais, mantendo os equipos ben adestrados, adecuándoos aos riscos propios da empresa e de acordo coa lexislación.

## OS ELOS (ESLABÓNS) DA CADEA DE SOCORRO

Entre a vítima e a atención médica especializada que finalmente recibirá esta, existen unha serie de elos que deben ser informados, formados e adestrados para asegurar a rapidez e eficacia da actuación fronte a emerxencias.

### As testemuñas

Existen tres tipos de posibles testemuñas dun accidente laboral:

- **Testemuña ordinaria:** sen preparación nin formación e influenciábel pola emoción e o pánico. Non sabe que mensaxe debe transmitir e pode esquecer mesmo sinalar o lugar do accidente.
- **Testemuña privilexiada:** cunha formación adecuada; é capaz de facer unha valoración global da situación; sabe avisar de forma eficaz e manterse tranquila.
- **Testemuña profesional:** foi formada e adestrada especificamente para vivir, detectar e alertar (gardas, persoal de seguridade, vixiantes de proceso ... )

É habitual que a maioría das testemuñas na empresa sexan do tipo ordinario, co que a transmisión da alerta non estará nin moito menos asegurada redundando en atrasos innecesarios, asistencia inadecuada e posibles perdas humanas.

Sería conveniente que todas e cada unha das persoas traballadoras estivesen cando menos informadas (carteis informativos, charlas, folletos explicativos ... ) sobre o que en primeiros auxilios se coñece como *P.A.S.*



**O acrónimo P. A. S. está formado polas iniciais de tres actuacións secuenciais para comezar a atender ao accidentado/a:**

- **P** de **PROTEXER**: Antes de actuar, debemos de ter a seguridade de que tanto o accidentado/a como nós mesmos estamos fóra de todo perigo. Por exemplo, diante dun ambiente tóxico, non atenderemos ao intoxicado/a sen antes protexer as nosas vías respiratorias (uso de máscaras con filtros adecuados), pois pola contra accidentariámonos nós tamén.
- **A** de **AVISAR**: Sempre que sexa posible daremos aviso aos servizos sanitarios (médico, ambulancia ... ) da existencia do accidente, e así activaremos o Sistema de Emerxencia, para inmediatamente comezar a socorrer en espera de axuda.
- **S** de **SOCORRER**: Unha vez protexemos e avisamos, procederemos a actuar sobre o accidentado/a, recoñecendo os seus signos vitais:

1. Conciencia, 2. Respiración e 3. Pulso, sempre por esta orde.

Agora ben, non todas as persoas traballadoras deben ser adestradas como testemuñas privilexiadas. Como mínimo os/as responsables de grupo (xefes/as de taller, mandos intermedios, encargados/as, ... ) así como aqueles/as que traballan en zonas de risco deberían recibir unha formación máis específica.

**Dita formación mínima pode desenvolverse en pouco tempo e o contido mínimo sería:**

- Definición de alerta e a súa importancia nos primeiros auxilios.
- Descrición de todos os elos da cadea de socorro (funcións, números de teléfono ... ).
- Formas de avisar: teléfonos, alarmas ...
- Mensaxe tipo: lugar, lesións, número de persoas accidentadas ...
- Exercicios prácticos na empresa.

#### **O/a telefonista da empresa**

Nalgunhas empresas un paso obrigado para contactar cos servizos externos é o/a telefonista. Sempre que exista este elo deberáselle incluír no grupo de testemuñas privilexiadas. Dela depende a transmisión rápida, correcta e eficaz da solicitude de axuda.

#### **O/a socorrista**

Non é posible concretar cantos/as socorristas requírense por número de traballadores/as. O «número suficiente» dependerá doutros moitos factores. A modo de guía, á hora de decidir cantos/as socorristas formar, deberemos ter en conta:

- O número de persoas taballadoras.
- Os tipos de risco existentes na empresa e a súa posible gravidade e extensión.
- A estrutura da empresa (superficie, naves, plantas ...).
- A distribución das persoas traballadoras na empresa.
- O tipo de traballo: riscos asociados; situacións de illamento; traballos fóra da empresa ...
- As quendas de traballo
- A distancia (en tempo real) dos servizos médicos externos.
- As posibles ausencias por enfermidade, vacacións ...

En todo caso deberíase dispoñer en calquera momento e en todas as quendas da empresa, cando menos dunha persoa encargada da actuación en situacións de emerxencia.



Unha cifra orientativa para situacións de risco baixo (ex. oficinas) sería dun socorrista por cada 50 persoas traballadoras por quenda (considerando sempre a necesidade de dispoñer de socorristas suplentes). Este número debería considerarse como mínimo no resto de situacións. Ás veces, é convinte dispoñer de dous socorristas por grupo de traballo (p. ex. traballo con máquinas ou ferramentas perigosas).

### **A formación en socorrismo laboral debe gravitar ao redor das seguintes premisas:**

- O/a socorrista laboral será voluntario.
- O/a socorrista laboral deberá ter, ademais dos coñecementos básicos e xerais, unha formación específica en relación aos riscos existentes na empresa.
- O/a socorrista laboral deberá recibir periodicamente cursos prácticos de reciclaxe.

### **FORMACIÓN EN SOCORRISMO LABORAL**

Para conseguir o obxectivo básico dos primeiros auxilios é preciso dispoñer de persoal adecuadamente formado en socorrismo laboral. Esta formación deberíase dividir en tres grandes bloques temáticos: formación básica, formación complementaria e formación específica.

#### **Formación básica**

Neste bloque, considerado como de formación básica ou mínima, o/a socorrista debe estar capacitado/a para atender situacións de emerxencia médica, como:

- Perda de coñecemento.
- Paros cardiorrespiratorios.
- Obstrución de vías respiratorias.
- Hemorragias e shock.

Sendo esta a parte máis importante, é recomendable dominar as técnicas precisas e efectuar reciclaxes periódicas das mesmas.

Todo/a socorrista deberá tamén coñecer como evitar posibles contactos con axentes biolóxicos nocivos (SIDA-Hepatite, e outras enfermidades infectocontaxiosas).

### Formación complementaria

A formación complementaria permite atender situacións consideradas como urxencia médica, sendo estas as que poden esperar a chegada dos servizos médicos, por exemplo:

- Queimaduras.
- Contusións, fracturas, luxacións e escordaduras.
- Feridas.
- Urxencias abdominais, torácicas, neurolóxicas e xinecolóxicas.
- Intoxicacións en xeral.



### Formación específica

Atendendo aos riscos existentes na empresa é conveniente ter unha formación moi específica.

Cítase a modo de exemplo a formación que debería capacitar ao/á socorrista para poder dominar con soltura, ante o risco químico, as seguintes técnicas:

- Rescate en ambiente tóxico.
- Osixenoterapia.
- Queimaduras químicas.
- Intoxicacións por produtos químicos específicos.
- Accidentes de múltiples vítimas (incendio e explosión).

A formación específica deste exemplo, implicaría dispoñer de material adecuado para a intervención fronte a accidentes de orixe química.

Este material debería estar composto polos seguintes elementos:

1. Fichas químicas (compostos químicos, toxicidade, primeiros auxilios específicos, etc. ...).
2. Equipos de rescate (máscaras de protección respiratoria, equipos autónomos etc. ...).
3. Maleta de osixenoterapia, composta de:
  - Botella de osíxeno.
  - Máscaras de osixenación (autoventilación).
  - Equipo completo de reanimación.
4. Mantas ignífugas

### MATERIAIS E LOCAIS DE PRIMEIROS AUXILIOS

No [Anexo VI do Real Decreto 486/97, do 14 de abril](#), sobre lugares de traballo estabelécense as condicións mínimas dos locais e o material necesario para a prestación dos primeiros auxilios.

Dependendo do risco existente na empresa, do tamaño da mesma e das facilidades de acceso ao centro de asistencia máis próximo así como da data de creación dos citados lugares de traballo, deberase procurar dende unha caixa de primeiros auxilios portátil ata unha sala especial.

### Consideracións xerais ás caixas de primeiros auxilios

- Deben conter material de primeiros auxilios e nada máis.
- O contido ten que estar ordenado.
- Débese repoñer o material usado e verificar a data de caducidade.
- O contido debe de estar acorde co nivel de formación e capacitación do/da socorrista (usuario/a)

## Contido das caixas de primeiros auxilios

**A modo de recomendación, o contido mínimo básico dunha caixa de primeiros auxilios de empresa sería:**

### Instrumental básico

- Tesoiras e pinzas.

### Material de curas

- 20 Apósitos estériles adhesivos, en bolsas individuais.
- 2 Parches oculares
- 6 Triángulos de vendaxe provisional
- Gasas estériles de distintos tamaños, en bolsas individuais.
- Celulosa, esparadrapo e vendas

### Material auxiliar

- Luvas.
- Manta termoillante.
- Máscara de reanimación cardiopulmonar.

### Outros

- Bolsas de xeo sintético.
- Auga ou solución salina ao 0,9% en contedores

pechados refugables, se non existen fontes lavabollos.

- Toallíñas limpadoras sen alcol, de non dispoñer de auga e xabón.
- Bolsas de plástico para material de primeiros auxilios usado ou contaminado

Este contido mínimo debe de ampliarse sempre que existan riscos particulares. Débese de calibrar a necesidade de dispoñer dunha ou varias padiolas, de certas pezas de protección como mandís, batas, máscaras ... Este material non debería estar na caixa de primeiros auxilios, senón noutro lugar e sempre ao coidado de quen saiba usalo.

Non se deberían esquecer tampouco as «caixas de primeiros auxilios de viaxe» no caso de traballadores/as cuxa tarefa se desenvolva fora da empresa.

## OUTRAS RECOMENDACIÓNS

A organización dos primeiros auxilios non é máis que unha forma de prepararse para actuar fronte a situacións excepcionais. Isto require dun estudo a fondo tanto da sinistralidade (accidentes e incidentes) como dos posibles factores de risco existentes na empresa.

Con todo, tamén é necesaria a sensibilización de todos os estamentos presentes na contorna laboral. Sirvan os seguintes puntos como exemplo de accións para sensibilizar e, polo tanto, aumentar a eficacia da actuación fronte a emerxencias:

- Toda persoa traballadora nova debe de ser instruída en relación á organización dos primeiros auxilios e á actuación que se espera dela se é testemuña dun accidente.

<i>Material e locais de primeiros auxilios. Mínimos esixidos no Real Decreto 486/1997</i>	
<b>CAIXA DE PRIMEIROS AUXILIOS PORTÁTIL</b>	
DESINFECTANTES E ANISÉPICOS	APÓSITOS ADHESIVOS
GASAS ESTÉRILES	TESOIRAS
ALGODÓN HIDRÓFILO	PINZAS
VENDA	LUVAS DESBOTABLES
ESPARADRAPO	
<b>LOCAIS DE PRIMEIROS AUXILIOS</b>	
BOTIQUÍN	
PADIOLA	
FONTE DE AUGA POTABLE	





- Procederáse a verificar de forma periódica a cadea de socorro condicionando actuacións reflexas inmediatas.
- Comentaránse e avaliaránse actuacións reais.
- Non se dubidará en cambiar aquilo que non funciona correctamente.

## CONCLUSIÓN

- A organización dos primeiros auxilios debe conseguir que estes cheguen a todas as persoas traballadoras en calquera momento e lugar.
- Debe ser logo un obxectivo da empresa organizalos conforme á lexislación vixente e adecuados aos riscos; dotalos dos medios suficientes tanto humanos como materiais e manter aos equipos ben adestrados.

## FONTES:

- *INSST: NTP 605; NTP 458; “Socorrismo laboral e primeiros auxilios”.*
- *Enciclopedia de Saúde e Seguridade no Traba-llo. “Primeiros Auxilios e Servizos médicos de Urgencia”.*



**Edita:** Gabinete Técnico Confederal de Saúde Laboral

