Prevent Strains and Sprains Restaurant Safety Infographic - Spanish



LUXACIONES Y ESGUINCES

¿CÓMO IDENTIFICARLOS?

La persona puede sufrir dolor agudo, hinchazón o hematoma alrededor de la articulación o a lo largo del músculo. Si está lesionada la articulación, puede sufrir dificultades durante un intento de movimiento.

¿QUÉ HACER?

- Garantiza el reposo.
- cubierta con toallas a la zona andar o el dolor lesionada durante 20 minutos.
- 3. Ubica la extremidad afectada más arriba si eso no causa dolor adicional.
- 4. Suministra algún tipo de analgésico o calmante para el dolor.

0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 5. Acude a un Convence al afectado de que no mueva la parte lesionada y no intentes enderezarla.

2. Aplica una bolsa de hielo traumatólogo para hacer una radiografía o solicita una ambulancia si el herido no puede es muy agudo.



IIMPORTANTE!

- · Con la mínima posibilidad de una fractura cerrada, considera que el afectado la tiene y necesita una radiografía (mira el apartado de "Fracturas").
- · No intentes arreglar el esguince por tu cuenta.

Fuente: https://vigilanteseguridadprivada.files.wordpress.com