Punctures and Cuts Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

Los pinchazos y los cortes son lesiones habituales en el trabajo. Los pinchazos se producen cuando objetos como astillas, clavos, cristales y herramientas afiladas como tijeras y cuchillos perforan la piel y provocan un pequeño orificio. Los cortes se producen cuando objetos afilados, como cuchillos, tijeras, bordes metálicos afilados y vidrio, atraviesan la piel superficialmente o penetran en las capas más profundas de grasa, tendones, músculos e incluso hueso.

CUÁL ES EL PELIGRO

UNA PUNCIÓN EXAMINADA

Una herida punzante es una herida profunda que se produce debido a algo afilado y puntiagudo, como un clavo. La abertura en la piel es pequeña, y la herida por punción puede no sangrar mucho. Las heridas punzantes pueden infectarse fácilmente. Un médico debe examinar siempre una herida punzante profunda. Las heridas punzantes que se producen por una mordedura o por pisar un trozo de metal oxidado, como un clavo, necesitan atención médica inmediata.

EXAMINACIÓN DE UN CORTE

Un corte es una rotura o abertura en la piel. También se denomina laceración. Un corte puede ser profundo, liso o irregular. Puede estar cerca de la superficie de la piel o más profundo. Un corte profundo puede afectar a tendones, músculos, ligamentos, nervios, vasos sanguíneos o huesos.

COMO PROTEGERSE

PRIMEROS AUXILIOS PARA CORTES Y HERIDAS PUNZANTES

Los cortes o heridas punzantes leves pueden tratarse en casa. En el caso de cortes o heridas punzantes más graves, es necesaria la atención médica inmediata.

Cortes

En primer lugar, detenga la hemorragia cubriendo el corte y aplicando una ligera presión. Si el corte sangra mucho y no puedes detenerlo, acude inmediatamente al médico.

A continuación, limpia bien el corte con una toallita con alcohol, un antiséptico o agua limpia. Sumerge un bastoncillo de algodón en agua oxigenada y pásalo ligeramente por la zona del corte para limpiarla. Utiliza unas pinzas limpias con alcohol para retirar los restos de la superficie del corte. Si ves restos incrustados, no intentes quitarlos.

Una vez limpio el corte, aplícale una crema antibiótica. Esto puede prevenir la infección y acelerar el proceso de curación. Aplica un vendaje en el lugar del corte. Cambia la venda a diario y siempre que se moje o ensucie.

Las opciones de tratamiento para los cortes profundos incluyen puntos de sutura, grapas o puntos líquidos.

Heridas punzantes

En primer lugar, intente detener la hemorragia cubriendo la herida con un vendaje limpio y aplicando una presión suave. Si la herida sangra mucho y no puedes detenerla, busca inmediatamente atención médica de urgencia.

A continuación, limpia bien la zona con una toallita con alcohol. No intente lavar una herida punzante. Si observa restos incrustados en la herida punzante, no intente extraerlos. No sondee la herida si ve que se ha desprendido parte del objeto que la causó. En lugar de ello, busque inmediatamente atención médica de urgencia.

Una vez limpia la piel, aplique una crema antibiótica de venta libre para prevenir la infección. Cubre la herida punzante con un vendaje. Debes cambiar el vendaje a diario o antes si se moja o ensucia. Comprueba si hay signos de infección, como:

- enrojecimiento
- supuración, como pus, de la zona de la herida
- hinchazón de la zona

COMPLICACIONES DE CORTES Y HERIDAS PUNZANTES

- infección de la herida
- infección de la sangre o sepsis
- gangrena
- amputación
- pérdida de función en la zona de la herida
- lesiones nerviosas
- daños en los órganos

MEJORES PRÁCTICAS DE SEGURIDAD EN CASO DE PINCHAZOS Y CORTES

Prevención y EPP adecuado: La mejor forma de tratar los cortes y pinchazos es evitar sufrirlos en primer lugar. Lleve ropa adecuada en el trabajo, como calzado resistente o botas de trabajo, camisas de manga larga y pantalones largos. Utilice equipos de protección personal (EPP) adecuados a sus tareas laborales, como guantes, gafas de seguridad, botas de trabajo, guanteletes y zahones.

Régimen de trabajo seguro y buena limpieza: Sigue unas prácticas de trabajo seguras y sepa utilizar correctamente sus herramientas. Inspeccione, mantenga y sustituya sus herramientas cuando sea necesario. Utilice siempre la herramienta adecuada para cada trabajo. Asegúrese de que las cuchillas de las herramientas de corte están afiladas; las superficies de corte desafiladas pueden provocar accidentes. Cuando trabaje con herramientas afiladas, sepa siempre dónde tiene las manos en todo momento. Tenga cuidado con las herramientas afiladas y cortantes, enfundándolas y guardándolas adecuadamente. Coloque las herramientas muy atrás en los bancos de trabajo y

estanterías, no contra el borde donde alguien que pase por allí pueda atascarse.

Cristales rotos, objetos punzantes y jeringuillas: Si tiene que recoger cristales rotos o fragmentos de metal, utilice una escoba y un recogedor o trozos de cartón. Nunca recoja cristales rotos con las manos desnudas. Deseche los objetos punzantes adecuadamente en recipientes de paredes rígidas que no se perforen ni se derramen. Etiquete estos recipientes con la palabra “afilado” para advertir a sus compañeros del peligro. No introduzca nunca las manos en un cubo de basura ni intente “apisonarlo” con las manos o los pies calzados por si alguien se ha deshecho indebidamente de un objeto punzante o incluso de una jeringuilla. Para deshacerse correctamente de las jeringuillas, recójalas con unas pinzas.

Cortes/pinchazos en el lugar de trabajo y primeros auxilios: Si recibes un pinchazo o un corte en el trabajo, avise inmediatamente a su supervisor. Si puede, lave suavemente la zona con agua y jabón. Para detener la hemorragia, presione suavemente la herida con una gasa limpia, algodón u otro material absorbente. Cuando se haya detenido la hemorragia, aplique una pomada antibacteriana y un apósito limpio sobre la herida. Si no puede detener la hemorragia, si la herida es muy grande o si se ha clavado un objeto, busque atención médica.

Vacuna antitetánica para heridas: Si su herida se produjo al pisar un clavo u otro objeto punzante en contacto con el suelo, puede estar expuesto a la bacteria que causa el tétanos. Considere la posibilidad de vacunarse periódicamente contra el tétanos cada cinco o diez años. Si su herida fue causada por un pinchazo de aguja, busque pruebas y tratamiento médico debido a una posible exposición a patógenos transmitidos por la sangre. Considere la posibilidad de vacunarse contra la hepatitis B si está expuesto a posibles pinchazos con agujas.

CONCLUSIÓN

Los pinchazos y cortes no son las lesiones más llamativas, pero son las más generalizadas y requieren atención y tratamiento inmediatos en todos los sectores laborales.