

## L U M B R E



# Emergencias y primeros auxilios: ayudar sin crear otra víctima

**Materia:** Seguridad industrial

03/10/2026

## Antes de empezar

### QUÉ APRENDERÁS

- Actuar de forma ordenada ante una emergencia, priorizando alerta, seguridad de la escena y apoyo de personal capacitado.

## Emergencias y primeros auxilios: ayudar sin crear otra víctima



*Ayudar sin crear otra víctima: la regla de oro de los primeros auxilios.*

En una emergencia, la primera reacción puede marcar la diferencia. Antes de acercarte, verifica que la escena no te exponga a electricidad, fuego, químicos, movimiento, tránsito u otros peligros. Activa el sistema de emergencia del centro y solicita apoyo de brigadas, primeros respondientes o servicios externos según corresponda.

No realices maniobras médicas para las que no estás entrenado. Ayudar también significa evitar convertirte en otra víctima.

**Principio clave**

Primero escena segura, después alerta y apoyo.

- Reconoce cómo activar la emergencia de tu centro.
- No entres en una zona peligrosa para intentar ayudar sin control.
- Solicita apoyo de personal entrenado.
- Sigue instrucciones de brigadas y servicios de emergencia.
- No muevas a una persona lesionada salvo peligro inmediato o indicación de personal competente.

*Guía práctica*

| Situación / concepto | Conducta o criterio                                      |
|----------------------|----------------------------------------------------------|
| Escena               | Verificar peligros antes de acercarse.                   |
| Alerta               | Activar el sistema de emergencia.                        |
| Apoyo                | Llamar a personal entrenado.                             |
| Límite               | No ejecutar técnicas para las que no se está capacitado. |

**Mapa de ideas**

- **Emergencia**
  - Escena
    - Peligros
    - Acceso
  - Alerta
    - Interna
    - Externa
  - Ayuda
    - Brigada
    - Primeros auxilios

El mapa mental interactivo es interactivo en la versión online.



VIDEO

## Primeros Auxilios Basicos

Ayudar sin crear otra victima: principios basicos de primeros auxilios.



Escanea para verlo en Lumbre

<https://www.youtube.com/watch?v=8yttS8dS0R4>

### 1. ¿Cuál es el primer criterio antes de acercarte a una persona lesionada?

- ☐ Preguntar su nombre.
- ☐ Verificar que la escena no represente un peligro para ti.
- ☐ Moverla inmediatamente.
- ☐ Buscar sus pertenencias.

### 2. Ayudar significa realizar cualquier maniobra médica aunque no hayas recibido entrenamiento.

- ☐ Verdadero
- ☐ Falso

### 3. Clasifica cada situación

#### Elementos:

- Verificar escena
- Activar ayuda
- Entrar a zona energizada sin control
- Improvisar una técnica médica no conocida

|                  |       |
|------------------|-------|
| <b>Prioridad</b> | . . . |
| <b>Evitar</b>    | . . . |

ACTIVIDAD INTERACTIVA DISPONIBLE EN LUMBRE

### 4. ¿Qué harías?



ACTIVIDAD INTERACTIVA DISPONIBLE EN LUMBRE

## 5. Repaso rápido



STPS · Marco normativo de seguridad y salud en el trabajo <https://asinom.stps.gob.mx/Centro/CentroMarcoNormativo.aspx> Consulta siempre la fuente vigente y los procedimientos específicos del centro de trabajo.

## 6. ¿Sabes exactamente cómo activar una emergencia en tu centro y qué información debes proporcionar?

Relaciona la respuesta con tu puesto o entorno real, sin sustituir los procedimientos de tu empresa.

---

---

---

---

---

## Referencia curricular

|                 |                      |
|-----------------|----------------------|
| <b>Materia:</b> | Seguridad industrial |
|-----------------|----------------------|

Versión interactiva completa (con actividades, videos y autoevaluación):



<https://lumbre.lat/object/emergencias-y-primeros-auxilios-ayudar-sin-crear-otra-v-ictima>

Material educativo generado desde Lumbre · [lumbre.lat](https://lumbre.lat)