Educación Física y Salud 1º medio / Unidad 4 / OA4;5 / Actividad 2

**Seguridad**

1. El o la docente explica brevemente que una herida es una lesión causada por un traumatismo en la que se rompe la piel. Se aprecia dolor, hemorragia y separación de los bordes de la piel. Al quedar al aire, la zona se expone a gérmenes infecciosos; cualquier herida de cierta gravedad debe ser evaluada y tratada en un centro asistencial. Luego señala la manera de actuar al respecto:
   * Antes de hacer cualquier cosa, hay que lavarse las manos.
   * Es importante contar con guantes de látex.
   * Se debe lavar la herida con un chorro de agua limpia para remover los cuerpos extraños.
   * Con gasas estériles, se limpia desde el centro hacia afuera, aplicando un antiséptico por los bordes de la herida y un apósito estéril (no algodón).
   * Si un objeto punzante se ha alojado en la herida, nunca debe tratar de extraerse.

|  |
| --- |
| **Observaciones a la o el docente**  Se puede descargar un manual de primeros auxilios desde <http://www.achs.cl/portal/trabajadores/Capacitacion/Centro%20de%20Fichas/Documents/manual-de-primeros-auxilios.pdf> |