



En esta ocasión, la sección de Notas Prácticas trata el tema de las lesiones oculares en primeros auxilios. Se incluyen los siguientes apartados: un conjunto de recomendaciones que constituyen el cuerpo teórico del tema; un caso práctico; una serie de actividades didácticas que pueden desarrollarse a partir de dicho caso y un apartado de legislación. Las propuestas didácticas son orientativas y tienen como finalidad el que puedan ser utilizadas por el profesorado como herramientas de apoyo a la hora de abordar la enseñanza en temas de prevención.

PRIMEROS AUXILIOS. LESIONES OCULARES

Iniciamos el tema de los primeros auxilios laborales tratando las normas relativas a la organización de estos servicios en los centros de trabajo (ver Erga-FP nº12). En ediciones posteriores se explicaron las normas básicas de actuación relacionadas con las quemaduras (Erga-FP nº15) y las hemorragias (Erga-FP nº20). En esta ocasión, la sección de Notas Prácticas trata sobre las lesiones oculares ocurridas como consecuencia de los accidentes de trabajo. A continuación, después de destacar la principal norma de actuación en estos casos, expondremos las causas más frecuentes que producen las lesiones oculares (la entrada de cuerpos extraños en el ojo, las quemaduras o abrasiones producidas por productos químicos y los traumatismos), al mismo tiempo que describiremos los síntomas más característicos de ellas y las normas de actuación que hay que seguir para aplicar los primeros auxilios.

NORMAS BÁSICAS

1 El ojo es uno de los órganos del cuerpo humano más vulnerable y más expuesto a las agresiones externas y es, al mismo tiempo, un órgano muy delicado. Las personas que tengan que aplicar los primeros auxilios en accidentados que tengan afectados los ojos deben extremar las precauciones en las atenciones que presten y acudir siempre a un especialista en caso de detectar cualquier lesión.

2 **Cuerpos extraños.** Cuando un cuerpo extraño entra en un ojo puede quedar libre dentro del mismo (arenilla, pestañas, insectos, etc.) o puede quedar enclavado (partículas de metal, piedra, madera, etc.). Este cuerpo extraño se puede ver, en ocasiones, con una simple observación. Otras veces, bien por sus reducidas dimensiones o bien porque esté adherido a la parte interior del párpado, nada más se puede apreciar el cuerpo extraño por la sintomatología que presenta el ojo.

3 **Heridas.** Las heridas en los ojos no siempre se aprecian con una observación directa, pero podemos deducir fácilmente su existencia si la persona lesionada ha sufrido pre-

viamente un pequeño golpe, arañazo, rozadura, etc.

4 **Quemaduras.** Una de las lesiones más habituales que puede sufrir un ojo de manera accidental es la quemadura por productos químicos. Las lesiones por productos cáusticos (lejía, sulfumán, etc.) son especialmente graves y pueden dejar secuelas importantes, por lo que los primeros auxilios deben aplicarse de inmediato y no demorar el traslado de la persona accidentada a un centro sanitario.

5 Los **síntomas** de las lesiones oculares originadas por las causas anteriores son: dolor intenso, lagrimeo, imposibilidad de abrir el párpado, enrojecimiento y posible inflamación del párpado.

6 **Actuaciones generales.** Limpiar el ojo con agua abundante, manteniendo los párpados abiertos. Si las molestias persisten, girar el párpado del revés y limpiarlo por dentro con agua. Se debe impedir que las personas afectadas se friegan los ojos puesto que ello puede acentuar la gravedad de la lesión.

7 Si a pesar de haber limpiado los ojos con agua los problemas no disminuyen, hay que taponarlos con gasas húmedas o cualquier otro material de este estilo que esté limpio (trapo, pañuelo, trozo de ropa, etc.) y dirigirse a un centro sanitario.

8 Si las molestias observadas son muy importantes, habrá que taponar los dos ojos para prevenir las lesiones más graves que el movimiento del ojo no afectado puede provocar en la persona accidentada.

9 No se deben utilizar nunca colirios para tratar un problema ocular, puesto que cada lesión requiere un tratamiento específico.

10 En el caso de un **cuerpo extraño enclavado** en el ojo, el lavado con agua no suele ser eficaz porque no puede llegar a arrastrarlo. Ante esta situación, nunca debe intentarse extraer el cuerpo extraño; hay que acudir sin demora a un centro sanitario.

11 En el caso de las **quemaduras**, siempre hay que evitar el uso de neutralizadores o cualquier otro producto mezclado con agua. Se reco-

mienda que la duración del lavado sea de entre 10 y 20 minutos como mínimo y siempre empleando abundante agua. Cuando las quemaduras estén producidas por hidrocarburos (gasolina, petróleo, etc.), antes de proceder a limpiar el ojo con agua hay que retirar los restos del producto con una gasa o un trozo de tela que esté limpio y seco, ya que en contacto con el agua pueden llegar a alcanzar temperaturas muy elevadas.

12 **Contusiones oculares.** Las contusiones directas en el ojo pueden afectar a las zonas que rodean al globo ocular (cejas, párpados, etc.) o exclusivamente al globo ocular; esta última lesión es típica de los golpes por pelotas o puñetazos.

13 Los **síntomas** que presentan estas lesiones son: hematoma en el ojo, visión borrosa, manchas o zonas de visión negras. La **actuación** en estos casos comprende: limpiar el ojo con agua abundante; aplicar compresas de agua fría o hielo; taponar el ojo, o ambos ojos en función de la gravedad de la lesión, con gasas húmedas y dirigirse de inmediato a un centro sanitario y no utilizar ningún colirio.

CASO PRÁCTICO

Descripción: Ana y Daniel son alumnos de mecánica del Centro de Estudios de Formación Profesional San Isidro y se han quedado en el aula-taller para terminar un trabajo. La escuela les ha dado permiso para permanecer en ella hasta la noche. Remedios forma parte del personal de limpieza del centro y cada día se encarga de esta aula a partir de las ocho de la tarde. La Administración del centro ya la ha advertido que compartirá su tiempo con los dos alumnos.

Remedios está atareada fregando por sectores el suelo del taller para no molestar demasiado a los estudiantes. Hoy ha puesto mucha lejía en el agua porque la zona de máquinas está sucia de grasa. Mientras trabaja se distrae con los comentarios de los estudiantes y observando el ajetreo que se llevan. Daniel está sujetando con cierta dificultad unas piezas metálicas un poco pesadas. Cuando Remedios se dispone a trasladar el cubo de fregar que está junto al chico, una de las piezas que lleva Daniel se le escapa de las manos y cae dentro del cubo: toda la cara de Remedios queda salpicada de agua y lejía. La situación no deja de ser algo cómica por lo que Daniel, aunque se disculpa amablemente con Remedios, no puede evitar que se le escape una media sonrisa. Remedios tampoco le da mucha importancia al accidente y se seca la cara con un trapo. Sin embargo, Remedios, casi al momento, nota mucho escozor en un ojo y así se lo explica a los dos estudiantes. Ana le pregunta con

qué productos está limpiando y, al saber que utiliza lejía, se preocupa un poco. Le indica a Remedios que es mejor que se ponga abundante agua en el ojo para aliviar el picor. Remedios se refresca un poco la cara y vuelve al trabajo. Al cabo de un rato, Ana ve que Remedios se está refregando continuamente el ojo afectado y sospecha que el problema no se ha solucionado. Se dirige hacia ella, le recomienda que se siente en una silla y le examina el ojo. Observa que tiene todo el interior muy enrojecido y que casi no puede levantar el párpado. A todo esto, Remedios empieza a sentirse intranquila. Ana comparte su preocupación y le dice a Daniel que deberían ir a un médico puesto que no queda nadie en la escuela a quien consultar. Pero Daniel

las tranquiliza. Les explica que ha encontrado un "colirio" en el botiquín del aula y que este producto aliviará las molestias de Remedios. Ana duda de que sea el tratamiento adecuado; recuerda que comentaron algo al respecto en unas clases de primeros auxilios que recibieron hace un tiempo. Sin embargo, como Daniel está tan seguro, finalmente le aplican el colirio. Transcurrido un tiempo, la quemazón que siente Remedios en el ojo no disminuye y la chica asustada les pide a los dos compañeros que la acompañen a un centro médico para que la puedan visitar. Ana y Daniel se dan cuenta de que el accidente ha sido más grave de lo que suponían y sin dudar se dirigen hacia el hospital más cercano.



Caso práctico. Actuaciones indebidas



Limpiar la lejía de la cara y de los ojos con un trapo.

Normas básicas 4 y 6

Lavar las zonas afectadas por la lejía durante menos tiempo del aconsejable.

Norma básica 11



Restregarse continuamente el ojo salpicado por la lejía.

Norma básica 6

No tapan el ojo lesionado con gasas o algún otro apósito húmedo.

Normas básicas 7 y 8

Aplicar un colirio en el ojo lesionado.

Norma básica 9

Después de aplicar los primeros auxilios a la persona accidentada, no dirigirse de inmediato a un centro médico.

Normas básicas 1, 4 y 7

Después del accidente, no lavar inmediatamente con agua abundante la cara ni el ojo afectado por el producto químico.

Norma básica 11



ACTIVIDADES DE AYUDA PARA EL PROFESORADO

1 Recoger información sobre las diferentes formas de tratar una lesión ocular mediante recopilación bibliográfica, entrevistas a profesionales, visitas a instalaciones sanitarias, etc.

Propuesta: La clase se dividirá en grupos de 4 o 5 personas. Cada uno de ellos recopilará información sobre las diferentes maneras de curar una lesión ocular en función del origen de la lesión (quemaduras, contusiones oculares, cuerpo extraño enclavado en el ojo o heridas). Una vez se haya obtenido esta información, los alumnos expondrán a todo el grupo-clase la forma de tratar los accidentes oculares, explicando paso por paso el procedimiento que se debe seguir en cada caso para aplicar los primeros auxilios. El proceso utilizado en la exposición en clase debería ser lo más práctico posible, recurriendo a demostraciones, supuestamente reales, en las que podrían colaborar los compañeros de clase. También se deberían mostrar los recursos y el material que es necesario utilizar en cada caso (pinzas, gasas, jeringuillas para aplicar el agua, etc.).

2 A partir del caso práctico expuesto, identificar los errores que cometen los dos compañeros que protagonizan la historia cuando le aplican los primeros auxilios a la persona que sufre el accidente.

Propuesta: Una vez analizado el caso práctico, los alumnos, en pequeños grupos (de 4 o 5 personas), tendrán que señalar las actuaciones incorrectas de Ana y de Daniel cuando le aplican los primeros auxilios a Remedios después del accidente con la lejía. A continuación, los representantes de cada grupo, por orden, irán exponiendo su listado al resto de la clase. Al terminar la exposición, se discutirá abiertamente entre todos hasta llegar a las actuaciones indebidas que el grupo, en conjunto, considere más relevantes.

3 Visita al centro escolar de una persona vinculada al mundo sanitario, que sea especialista en primeros auxilios, con el fin de impartir una sesión

teórico-práctica sobre la manera de tratar las lesiones oculares, en la que también colaboren los alumnos.

Propuesta: El especialista impartirá una clase sobre primeros auxilios en la que los alumnos participarán en la elaboración de unas pautas o normas de actuación básicas respecto a los tratamientos de las lesiones oculares. De esta manera, el grupo-clase podrá establecer un decálogo donde queden reflejadas las diez consignas, o pasos previos, que toda persona que sea socorrista debe tener en cuenta en el caso de que se produzca un accidente de este tipo. En el decálogo se indicarán las normas de actuación por orden de importancia.

Todos los ejercicios pueden resolverse a partir de la discusión en grupo y de los comentarios de los alumnos.

Esta actividad debería hacerse extensiva a todo el colectivo del profesorado, fomentando, de este modo, una cultura preventiva en materia de primeros auxilios.

4 Realizar simulacros de diferentes situaciones en las que se produzcan accidentes de trabajo que provoquen lesiones oculares de distintos tipos. Después, los alumnos aplicarán los primeros auxilios que correspondan en cada caso y que se hayan trabajado con anterioridad.

Propuesta: El profesor expondrá a la clase diferentes casos prácticos (similares al expuesto en este periódico) en los que aparezca un accidente laboral que haya ocasionado una lesión ocular y los alumnos realizarán una representación de ellos. En cada dramatización se elegirá a un alumno para que realice el papel de herido y a un grupo, de 4 o 5 personas, que desempeñarán los papeles de compañeros del mismo. De entre los componentes de este grupo, también se designará a un socorrista, o varios, que

tendrán como misión atender a la persona accidentada aplicando las diferentes técnicas trabajadas. Una vez hayan intervenido todos los alumnos, se comentarán las diferentes simulaciones, comparándolas y teniendo en cuenta aquellos errores que se han cometido y cuáles serían las medidas más apropiadas que deberían tomarse en cada caso.

5 Llevar a cabo una campaña de sensibilización en el centro escolar sobre el tema de los primeros auxilios, tratando de implicar a todos los colectivos representativos de la institución educativa.

Propuesta: Los alumnos, a partir de los contenidos trabajados en clase, formarán pequeños grupos que se encargarán de elaborar y diseñar material divulgativo relacionado con la temática de los primeros auxilios (carteles, trípticos, hojas informativas, etc.) en los que aparecerán las pautas y recomendaciones generales que toda persona debe tener en cuenta en caso de que exista un accidente. Posteriormente, este material se distribuirá y colocará en puntos estratégicos del centro con la finalidad de que esta información sea lo más accesible posible a todo el personal.

6 Identificar distintas profesiones que durante el desarrollo de su actividad laboral tengan mayor riesgo de sufrir lesiones oculares y reflexionar entorno a la necesidad de usar los equipos de protección individual como una medida más de protección y prevención de estos riesgos.

Propuesta: Los alumnos, de dos en dos, anotarán en un listado aquellos trabajos donde puede existir mayor riesgo de lesiones oculares (carpinteros, pulidores, albañiles, personal de limpieza). Después, analizarán las posibles causas de accidentes propias de cada sector y las medidas y los equipos de protección individual que deben tenerse en cuenta para evitar estos riesgos. Como complemento a esta actividad, sería conveniente realizar alguna visita a una obra en construcción, una fábrica o un taller en el que los alumnos puedan observar el desarrollo de los trabajos que han seleccionado.

LEGISLACIÓN



Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales, Cap. III, art. 20 (BOE 10.11.1995).

Real Decreto 39/1997, de 17 de enero. Reglamento de los Servicios de Prevención. (BOE 31.1.1997).

Real Decreto 486/1997, de 14 de abril. Disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo (BOE 23.4.1997).

Edita: Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo. **Redacción y Administración:** INSHT-Centro Nacional de Condiciones de Trabajo. Dulcet, 2-10 08034 Barcelona. **Teléfono:** 93 280 01 02 - Ext. 2313 / **Fax:** 93 280 00 42 - **Internet:** <http://www.mtas.es/insht> / **e-mail:** cnctinsht@mtas.es

Director de la Publicación: Emilio Castejón Vilella. **Redacción:** Rosa M^ª Banchs Morer, Pilar González Villegas, Jaime Llacuna Morera, Marta Cañete Romero, Sandra García Pérez. **Diseño y maquetación:** Guillem Latorre Alcoverro, Enric Mitjans Talón. **Composición e impresión:** Centro Nacional de Condiciones de Trabajo