
PROTOCOLO DE ACTUACION EN CASO DE ACCIDENTE EN LA ACTIVIDAD FORESTAL

SISTEMA DE GESTIÓN FORESTAL DE GRUPO



C/ILLAS CÍES, 52-54-56 – BAJO – 27003 LUGO

Tlf./Fax 982 216 099

e-mail: administracion@cernaingenieria.es

www.cernaingenieria.es

GRUPO DE GESTIÓN FORESTAL

CERNA Ingenieria y Asesoría Medioambiental S.L.P

Elaborado en Julio de 2015

Actualizado a Mayo de 2017

ÍNDICE

1.	PRIMEROS AUXILIOS.....	1
1.1	AUXILIO.....	1
2.	PROTOCOLO DE ACTUACIÓN.....	2
2.1	PROTEGER.....	2
2.2	AVISAR	3
2.3	SOCORRER	6
	CUANDO VIENE EL HELICÓPTERO.....	6
	ANEXO I. REANIMACIÓN CARDIOPULMONAR (RCP). CÓMO DETECTAR LA PARADA CARDIORESPIRATORIA Y QUÉ HACER.....	8

1. PRIMEROS AUXILIOS

Debido a que los trabajadores forestales suelen trabajar en pequeños grupos o incluso solos en lugares aislados, cada trabajador debe haber recibido una formación básica en primeros auxilios. Esta formación debe incluir el tratamiento de heridas abiertas y la reanimación. En las regiones en las que el trabajo comporta riesgos de intoxicación por productos químicos o humos, o existen riesgos de mordeduras de serpientes, insectos o arañas, o incluso otros peligros específicos, deben ampliarse en consecuencia los cursos de formación de primeros auxilios, consultando a una persona o a una organización cualificada conveniente.

Los cursos de formación de primeros auxilios deben repetirse a intervalos regulares con el fin de evitar que los conocimientos y las aptitudes adquiridas se vuelvan obsoletos o se olviden.

En el lugar de trabajo debe haber botiquines de primeros auxilios en buen estado y que estén protegidos contra la contaminación por la humedad y los residuos. Estos botiquines deben estar claramente identificados y solamente deben contener material de primeros auxilios.

Los trabajadores deben tener en su bolsillo un pequeño botiquín de primeros auxilios que contenga material de primeros auxilios urgentes.

Cada trabajador debe conocer el lugar en el que se encuentra el equipo de primeros auxilios así como el procedimiento a seguir para obtener existencias de reserva.

Todo trabajador forestal que no haya recibido cursos de primeros auxilios deberá no obstante saber cómo proteger a la víctima y cómo llamar o hacer que se llame a los servicios de emergencia.

1.1 AUXILIO

Deben tomarse medidas para la evacuación rápida de una persona accidentada o enferma que precise asistencia médica.

En el lugar de trabajo debe existir un medio de transporte o comunicación a fin de poder ponerse en contacto con los servicios de socorro en caso de emergencia. Es conveniente controlar el buen funcionamiento del medio de comunicación.

Todos los trabajadores deben conocer el número de teléfono o el distintivo de llamada de radio del hospital, el puesto de ambulancias o el médico más próximo. Debe también

transmitirse información sobre el emplazamiento de los trabajos y sobre un punto de encuentro para el transporte.

Debe disponerse permanentemente de vehículos que permitan el transporte hasta un lugar accesible a una ambulancia. Si es posible, deben preverse zonas para el aterrizaje de un helicóptero, que todo el personal presente en el emplazamiento debe conocer.

2. PROTOCOLO DE ACTUACIÓN

Ante una situación de emergencia es importante recordar y aplicar el protocolo de actuación conocido como **conducta PAS (Proteger, Avisar y Socorrer)**:

2.1 PROTEGER

Objetivo: hacer seguro el lugar para el accidentado, para el resto del grupo y para nosotros mismos.

- Antes de nada: párate, evalúa la situación y **garantiza tu propia seguridad**
- Comprueba la seguridad del entorno y del resto del grupo, evitando que alguien más se vea implicado en el accidente
- **Protege** a la víctima en la medida de lo posible: Si hay peligro, retíralo del lugar del accidente. Si no se puede mover, abrígalo
- Comprueba su **estado de consciencia**: verifica si respira, si nos sigue el dedo con la mirada, y si mantiene una conversación coherente (*¿Cómo te llamas?, ¿Dónde estás?, ¿Quién eres?...*)
- Comprueba **posibles lesiones**: palpando desde la cabeza a los pies, si siente algún tipo de dolor, si existe alguna deformidad producto de una posible caída, hemorragias, o pupilas disimétricas o sin reacción, pulso en las extremidades (*podemos ver signos de circulación sanguínea, apretando las uñas de los dedos, si vemos que recupera su color rápidamente, es que hay circulación, si permanece blanco es que no circula sangre*).
 - La pérdida de sangre alarma mucho ya que "lo mancha todo", así que cuando se produce una hemorragia es importante mantener la calma y tranquilizar al herido.
 - Sienta a la persona o tumbala en el suelo: puede sufrir un desvanecimiento y una caída podría causar nuevas lesiones.

- Cubre la herida con gasas o con un paño limpio, y comprime sobre la misma firmemente con la mano durante 10 minutos.
- Utiliza un vendaje compresivo si lo tienes a mano en el botiquín. La presión sobre la herida será más uniforme y eficaz.
- Si las compresas se empapan de sangre, no las quites, coloca otras encima y continúa apretando.
- **Protege de la hipotermia** con una manta térmica, ropa (*suya o nuestra*), gorro o guantes,... **incluso en verano**
- **Anima y tranquiliza** a la víctima
- Si está inconsciente, proporciona la **posición lateral de seguridad** (*permite inmovilizar al herido, mantener las vías aéreas abiertas y expulsar los vómitos*)



Posición Lateral de Seguridad

- Llama al **112**

2.2 AVISAR

Objetivo: avisar a los servicios de rescate de la forma más rápida, segura y efectiva.

- Si disponemos de teléfono móvil con cobertura (aunque no sea de nuestra compañía) marca el **112**.
- Si además dispones de cobertura de datos (o por lo menos de cobertura de tu compañía) te facilitará bastante las explicaciones que debes dar si lo haces a través de la **App Alpify**, puesto que al llamar con ella el **112** **estará recibiendo las coordenadas** de tu posición: ya sabrán dónde estás.
- Si **no tienes cobertura de ninguna compañía** en el lugar del accidente deberás **desplazarte** a buscarla o bucar un teléfono. Ello te obligará a separarte de la víctima: déjala **abrigada** y con alimento y agua. **Mantén la calma**, separarte de tu compañero es un momento duro para todos. Por este motivo se insiste que el **"grupo seguro"** en

caso de accidente es el de 3 personas, siempre que el accidentado sea sólo uno de ellos, así no habría que dejar a un compañero inmovilizado y solo.

- Si no disponemos de móvil entonces seguro habrá que buscar el **punto de aviso más próximo** (*excursionistas, un refugio, teléfono de un bar, hotel o estación de ski...*) de la forma más rápida y sin sufrir contratiempos, si te accidentas no podrás avisar ni para tí, ni para tu compañero.
- **Facilita los siguientes datos** al operador para que puedan valorar el tipo y número de efectivos que deben destinar al rescate (aunque no te preocupes mucho de recordarlos todos, ellos te irán preguntando):
 - **¿Quién solicita el socorro?** Nombre y apellidos
 - **¿Qué ha ocurrido?** Intenta describir qué ha sucedido, cuál es el tipo de accidente y cómo ha ocurrido. El número de heridos o de personas ilesas que necesitan auxilio, y la gravedad y tipo de lesiones o el estado en que se encuentra la víctima.
 - **¿Cuándo ha ocurrido?** Intenta precisar la hora exacta del accidente.
 - **¿Dónde ha ocurrido?** Procura dar la localización lo más exacta posible del lugar del incidente. Puedes ayudarte del **mapa** que nunca debe faltar en tu mochila, de un **GPS** o de algunas aplicaciones para móviles (**Alpify** puede serte de gran ayuda en estos casos, está pensada y diseñada para las emergencias).
 - **¿Hay alguien para poder ayudar?** Informa del personal disponible para prestar ayuda al "Grupo de Rescate" en la zona del accidente y material del que disponéis.
 - **¿Cuáles son las condiciones meteorológicas en la zona?** Viento, visibilidad, nubosidad, nieve...
 - **¿Qué características tiene la zona?** Describir si está arbolada total o parcialmente, si es una pradera despejada, una ladera pedregosa de difícil acceso, un barranco estrecho... etc, facilitará al conductor de la ambulancia o al piloto del helicóptero las labores de aproximación.
 - Recuerda **facilitar todos los teléfonos y nombres del personal que se encuentra con la víctima** para contactar con ellos en caso de necesidad.

Consejos:

¿Qué pasa si no hay cobertura de móvil?

Cualquier compañía dará servicio gratuito al 112, aunque no sea la nuestra ni tan siquiera hace falta que sea de nuestro país. Pero si el lugar en el que nos encontramos **no tiene cobertura de ninguna compañía será imposible realizar la llamada**. En montaña, encontrar cobertura no siempre es posible. Normalmente si subimos es más fácil conseguir señal que bajando; pero no siempre es así. Busca, con tranquilidad (si te accidentas no podrás alertar) puntos en los que tengas visión directa de un pueblo o una carretera, y si ya has pasado por ellos, intenta recordarlos.

¿Tendré batería suficiente?

Este es el punto débil de los Smartphones y teléfonos móviles en general. Un **cargador adicional es imprescindible en tu mochila**: valen poco dinero, ocupan y pesan menos y te garantiza la funcionalidad de tu teléfono en caso de necesitarlo.

Desactivar la conexión a internet hará que la batería nos dure más horas, pero recuerda que es probable que tengas que realizar o que recibas numerosas llamadas. Existe la posibilidad de apagar el teléfono, la mayoría de teléfonos no requieren saber el PIN para poder dar el aviso de emergencia, pero asegúrate de ello antes de apagarlo si no es tu teléfono.

Lo mejor si no se dispone de batería de repuesto es llevarlo en **modo "avión"**, (y avisar a los compañeros dónde lo guardamos: en la mochila, un bolsillo del pantalón...) con lo que el teléfono estará apagado pero operativo de manera rápida.

¿Cómo puedo facilitar las coordenadas de mi localización?

Lo mejor es llevar siempre encima un **mapa y una brújula y saber utilizarlos** para orientarse. Aparatos como los GPS senderistas van a mostrar tu localización con exactitud, pero siempre tienen que ser un complemento a tu mapa, no un sustituto.

El uso del GPS del móvil en montaña supone un gasto importante de la batería, pero de manera puntual no dudes en utilizarlo si no tienes claro dónde estás, siempre será mejor poder dar unas coordenadas precisas a los grupos de rescate, pues ello acelerará que nos localicen.

Existen aplicaciones que sin afectar demasiado a la batería de nuestro móvil ofrecen nuestra localización exacta, como **Alpify**. También a través de **whatsapp** se pueden enviar las coordenadas de nuestra posición a los servicios de emergencia.

2.3 SOCORRER

Objetivo: atender a la víctima en base a nuestros conocimientos de **primeros auxilios**. Para ello es necesario realizar **cursos de primeros auxilios** y repetirlos de manera periódica: esta diferencia puede **salvar vidas**.

- Si no tienes conocimientos en primeros auxilios, **límitate a no mover a la víctima** o a hacerlo lo mínimo posible para garantizar su seguridad (**PROTEGER**).
- En caso de traumatismos craneales o de columna vertebral, **inmoviliza al accidentado** y no le quites el casco si lo lleva.
- Las **medidas de socorro** han de responder a un orden según la gravedad de las lesiones:
 - Mantener las funciones vitales, y si es necesario realizar las **maniobras de reanimación** cardio pulmonar (RCP, ver anexo I).
 - **Evitar agravar posibles lesiones** (parálisis producidas por maniobras bruscas o por precipitación).
 - Aplicar los **primeros auxilios** correspondientes a cada problema: requiere de unos mínimos conocimientos y disponer o improvisar ciertos materiales.
 - **Vigilar** la aparición de lesiones ocultas, sobretodo hemorragias internas que surgen después del accidente. Deberemos controlar el estado de conciencia y evolución del accidentado.
- Pero sobre todo **RECUERDA:**
 - Deberemos **abrigar** a los heridos para que no pierdan calor, incluso en verano.
 - Mantén la calma y trata de **animar y tranquilizar** al accidentado. Tiéndele la mano y háblale con tranquilidad.
 - **Ten paciencia**, la ayuda siempre llega.

CUANDO VIENE EL HELICÓPTERO

Aprovecha el tiempo mientras esperas su llegada para prepararla, es lo que se llama "espera activa":

- **Mantente localizado** para ampliar la información o guiar al helicóptero.
- Elige un **punto para el rescate** evitando grandes inclinaciones y libre de obstáculos.

- Señala la zona para que sea visible desde el aire. Coloca una **manga de viento** (una camiseta o una bolsa de plástico en un bastón) para indicar la intensidad y dirección del viento.
- **Agrupar el material.** Los objetos ligeros podrían salir volando creando una situación de peligro.
- **Cuando va a aterrizar: ayuda a realizar una maniobra rápida y sin riesgos**



- Una vez visualizado el helicóptero haz la **señal internacional de socorro**.
- Durante el aterrizaje **permanece agachado** frente al helicóptero, a una distancia prudencial, y mantente así hasta que la tripulación te avise.
- No te acerques NUNCA al **rotor de cola**, y sigue las instrucciones de la tripulación para subir al helicóptero: SIEMPRE de uno en uno y desde el frente del helicóptero, nunca por detrás.
- NUNCA te **acerques o alejes** del helicóptero desde el lado ascendente de una ladera.
- Una vez **dentro**, siéntate como el piloto te indique y sigue sus instrucciones de seguridad.
- NUNCA **desembarques** sin autorización.
- Si nadie te indica lo contrario, **al bajar**, QUÉDATE QUIETO Y AGACHADO al lado del helicóptero.

ANEXO I. REANIMACIÓN CARDIOPULMONAR (RCP). CÓMO DETECTAR LA PARADA CARDIORESPIRATORIA Y QUÉ HACER

Cuando tras un accidente una persona está inconsciente y no respira espontáneamente se debe iniciar rápidamente las maniobras de "reanimación cardiopulmonar":

1. **Asegura el lugar de los hechos.** Elimina los peligros que amenacen tu seguridad, la del paciente o la de las personas que ahí se encuentren.
2. **Comprueba el estado de consciencia de la víctima.** Arrodíllate a la altura de los hombros de la víctima y sacúdelos con suavidad.

Acércate a su cara y pregúntale en voz alta si se encuentra bien:

Si responde: deja a la víctima en la posición en que se encuentra y pasa a realizar una valoración secundaria, poniendo solución a los problemas que vayas detectando.

Si no responde:

3. **Pide ayuda sin abandonar a la víctima** y colócale en posición de reanimación. Boca arriba con brazos y piernas alineados sobre una superficie rígida y con el tórax al descubierto.
4. **Abre la vía aérea.** Coloca una mano sobre la frente y con la otra tira del mentón hacia arriba, para evitar que la lengua impida el paso del aire a los pulmones.
5. **Comprueba si la víctima respira normalmente manteniendo la vía aérea abierta** (ver, oír, sentir durante no más de 10 seg.)

Si la víctima respira normalmente:

- Colócala en posición lateral de seguridad (PLS).
- Llama al 112 o busca ayuda.
- Comprueba periódicamente que sigue respirando.

Si la víctima no respira normalmente:

6. **Pide ayuda**, llama al 112 o pide a alguien que lo haga **e inicia 30 compresiones torácicas en el centro del pecho.**
7. **Realiza 2 insuflaciones con la vía aérea abierta (frente-mentón) y la nariz tapada.** Si el aire no pasa en la primera insuflación, asegúrate de estar haciendo bien la maniobra frente-mentón y realiza la segunda insuflación, entre o no entre aire.
8. **Alterna compresiones - insuflaciones en una secuencia 30:2** (30 compresiones y 2 insuflaciones) a un ritmo de 100 compresiones por minuto.
9. **No interrumpas** hasta que la víctima inicie respiración espontánea, te agotes o llegue ayuda especializada.

En Lugo, a 13 de julio de 2015 (Actualizado a mayo de 2017)

CERNA Ingeniería y Asesoría Medioambiental, S.L.P.

DEPARTAMENTO TÉCNICO:



Fdo. Francisco Álvarez Rubiños

Ingeniero de Montes

Ingeniero Téc. Forestal (colegiado nº 301)



Fdo. Oscar L. Expósito Fernández

Ingeniero de Montes

Ingeniero Téc. Forestal (colegiado nº 188)