First Aid for Eye Injuries – Spanish

La probabilidad o la gravedad de una lesión de la vista puede reducirse cuando los trabajadores reconocen los posibles peligros para la vista, están capacitados para usar y cuidar correctamente los equipos de protección para la vista, y si saben qué primeros auxilios administrar en caso de una lesión de la vista.

Los avisos de advertencia deben colocarse cerca de cualquier lugar de trabajo, máquina, equipo o área de proceso que requiera una protección de la vista de tipo industrial. Para asegurar una protección óptima de la vista, se deben elegir los equipos protectores apropiados – anteojos de seguridad, gafas (goggles), máscara facial o casco – y esos equipos deben cumplir con los requisitos de la Occupational Safety and Health Administration (OSHA) y del American National Standards Institute (ANSI). Los anteojos personales con receta solamente deben llevarse puestos junto con los equipos de protección de la vista aprobados por OSHA/ANSI.

A continuación figuran las instrucciones básicas de primeros auxilios para lesiones comunes de la vista.

Las partículas extrañas como el polvo, tierra, metal o astillas de madera, e incluso una pestaña, pueden causar raspaduras y daños a la vista.

Levante el párpado superior hacia fuera y hacia abajo sobre el párpado inferior para eliminar la partícula o deje que las lágrimas eliminen la partícula. Si ninguna de las acciones elimina la partícula, mantenga el ojo cerrado y vendado sin apretarlo, a fin de detener el movimiento del ojo, y después obtenga asistencia médica profesional.

NO SE FROTE EL OJO.

El contacto químico con solventes, pinturas, líquidos calientes u

otras soluciones peligrosas puede causar serio dolor y graves daños a los ojos.

Vaya de inmediato a la ducha de emergencia o fuente de agua más cercana. Mantenga el ojo lo más abierto posible con los dedos, y mire directamente a la corriente de agua. Si hay un lente de contacto en el ojo, empiece a enjuagar por encima del lente de inmediato. Esto puede arrastrar el lente. Enjuague el ojo continua y suavemente durante por lo menos 15 minutos, y después busque tratamiento médico profesional.

NO VENDE EL OJO.

NO USE UN LAVAOJOS.

CORTES O PERFORACIONES EN EL OJO O EL PÁRPADO

Cubra el ojo con un escudo rígido sin aplicar presión, a fin de detener el movimiento del ojo (se puede usar la mitad inferior de un vaso de papel), y después busque tratamiento médico profesional.

NO LAVE EL OJO CON AGUA O CON OTRO LÍQUIDO.

NO FROTE/PRESIONE/RETIRE EL OBJETO INCRUSTADO.

LOS SACUDONES Y GOLPES PUEDEN CAUSAR DOLOR E HINCHAZÓN EN LOS OJOS.

Aplique una compresa fría durante por lo menos 15 minutos sin aplicar presión al ojo. Se puede pegar con cinta hielo triturado en una bolsa de plástico a la frente para que descanse suavemente sobre el ojo lastimado. Si hay dolor continuado, reducción de la visión o decoloración (ojo morado) que pudieran indicar daños internos al ojo, obtenga tratamiento médico profesional.

Las quemaduras ligeras debido a la exposición a la luz de soldeo, láser u otra luz radiante pueden no sentirse hasta horas después cuando los ojos empiezan a sentirse “arenosos” o enrojecen, se hinchan o se vuelven sensibles a la luz.

Mantenga los ojos cerrados y busque tratamiento médico profesional.

La pérdida de la vista no tiene sustituto. Los trabajadores pueden protegerse los ojos y conservar la vista si se colocan y cuidan los equipos protectores para la vista que sean apropiados y estén aprobados, y si siguen los procedimientos adecuados de primeros auxilios cuando ocurre una lesión de la vista.