Primeros auxilios: por qué ninguna lesión es demasiado chica para avisar



Un jueves a la tarde, un operario se clava una astilla de metal en el dedo. Casi no duele, así que se la saca con la uña, se pone una cinta adhesiva y sigue trabajando. Nadie lo vio y nadie se enteró. El lunes llega con el dedo hinchado, caliente y con un dolor que no le deja agarrar la herramienta. ¿Les suena? Seguramente conocen a alguien a quien le pasó, o nos pasó a nosotros.

Hoy quiero hablarles de algo que parece menor y no lo es: **avisar y atenderse siempre, aunque la lesión parezca una tontería**. Tener un buen registro de accidentes es importante, pero no alcanza con tener números lindos. Lo que queremos es que cada persona de este equipo vuelva a su casa sana y salva, y eso empieza por cuidar lo pequeño.

Por qué una herida chica puede ser la puerta de entrada a un problema grande

La piel es nuestra primera barrera de defensa. Mientras está entera, nos protege muy bien de los microbios que hay en todas partes: en el aire, en el piso, en las herramientas, en los guantes y también en las manos de cualquiera, incluso las de un compañero con muy buena voluntad. El problema aparece cuando esa barrera se rompe, aunque sea apenas. Un rasguño, un pinchazo o una astilla son un camino abierto para que las bacterias entren y se multipliquen con mucha rapidez.

Al principio no se siente nada. Después llegan el enrojecimiento, el calor en la zona, la hinchazón, el dolor que late y, a veces, la fiebre. Cuando estos síntomas se notan, la infección ya viene avanzando, y por eso **el mejor momento para actuar es antes de sentir algo**. A esto se suma el tétanos, una enfermedad grave que puede entrar por heridas pequeñas con tierra, polvo o suciedad, y que se previene con la vacuna antitetánica al día. En nuestro país, el calendario de vacunación indica un refuerzo cada diez años, así que vale la pena revisar el carnet.

Con los ojos pasa algo parecido. Una mota de aserrín, una viruta o polvo de amolado parecen poca cosa, pero la superficie del ojo es muy delicada. Si la frotamos, podemos rayarla, y una partícula metálica puede dejar restos que dañan el tejido si nadie la revisa.

Las razones por las que nos callamos y los errores que se repiten

Todos sabemos qué hacer ante una cortadura profunda o una quemadura fuerte: vamos directo a primeros auxilios. Sin embargo, ante un rasguño, una astilla o algo en el ojo, solemos resolverlo por nuestra cuenta o con ayuda de un compañero. Y las razones son bastante humanas. Algunos no quieren perder tiempo ni dejar su puesto. Otros temen arruinar el récord del sector. Otros no quieren que los cargadas del equipo. Y están los que piensan que nadie conoce su trabajo mejor que ellos mismos, y es cierto: ustedes son los que saben hacerlo. Pero **ser experto en tu tarea no te convierte en experto en curar heridas**, que es otro oficio y se aprende con otros años de estudio.

De ahí vienen los errores más comunes. Sacar una astilla con una aguja o una lapicera sin desinfectar, tocar la herida con las manos sucias o con guantes de trabajo, frotarse el ojo con el antebrazo. También los remedios caseros que dan vueltas por la planta: jugo de tabaco, telarañas, yerba, café, o chupar la herida para sacar el veneno. Ninguno desinfecta ni extrae nada. Al contrario, muchas veces agregan suciedad y bacterias, y la boca está llena de ellas. Lo único que ayuda es lo que indica el personal de salud.

Y algo importante para quienes tenemos gente a cargo: si alguien se burla de un compañero que va a la enfermería por una lesión chica, estamos construyendo exactamente el ambiente donde todos se callan. Esto me incluye a mí. Si alguna vez les hice sentir que ir a primeros auxilios es perder tiempo, hoy les digo que me equivoqué.

Lo que ocurre cuando una lesión no se informa

Pero el problema no termina en la herida. Una lesión leve que se complica puede significar semanas de tratamiento, antibióticos, días de licencia, a veces una cirugía menor y, en los casos más serios, secuelas que no se van. Un dedo infectado puede dejarnos sin trabajar, sin poder agarrar a un hijo o sin poder hacer lo que más nos gusta. Esa cuenta, tarde o temprano, la paga la persona, no el récord.

Hay otra consecuencia menos visible. Cuando una lesión no se registra, nadie investiga qué la causó, y la causa sigue ahí. Puede ser un borde filoso, una tarima con astillas, un guante inadecuado o una protección ocular que nadie usa. Entonces el próximo compañero se lastima con lo mismo, y quizá con peores consecuencias. **Un accidente que no se registra no se investiga, y un peligro que no se investiga sigue esperando al próximo.**

También hay un aspecto legal. La Ley de Riesgos del Trabajo, la 24.557, establece que los accidentes deben ser denunciados, y es la ART la que brinda la atención médica correspondiente. Si una lesión se oculta y después se complica, resulta mucho más difícil acceder a esa cobertura a tiempo. Por eso en esta planta se informa todo, por pequeño que sea, y lo hacemos para proteger a cada uno de ustedes.

Cómo actuar ante cualquier lesión, por pequeña que sea

Ahora bien, ¿qué hacemos en la práctica? Primero, detener la tarea de forma segura y avisar al supervisor o a un compañero. Segundo, ir a primeros auxilios o a la enfermería para que el personal de salud evalúe la lesión. Mientras tanto, si hay una herida con sangre, se presiona con una gasa limpia y se evita tocarla con las manos sucias. Si hay suciedad, el personal la limpia con agua y jabón o con el antiséptico adecuado.

Si es una quemadura, se enfría la zona con agua corriente fría durante varios minutos, sin hielo, sin cremas ni manteca. Si se nos mete algo en el ojo, no lo frotamos: usamos el lavaojos o agua limpia y consultamos enseguida. Si el ojo recibió un producto químico, el enjuague debe ser continuo, durante al menos quince minutos, y consultar de inmediato. Si hay un objeto clavado, no se retira; se inmoviliza y se pide atención médica. Lo mismo vale para un sangrado que no se detiene.

Tras la atención, se deja registrado lo ocurrido para que podamos investigarlo y corregir la causa. Se revisa la vacuna antitetánica si hay dudas. Y durante las horas siguientes, si aparecen enrojecimiento, calor, hinchazón, pus o fiebre, se vuelve a consultar sin esperar. También conviene que todos sepamos dónde está el botiquín, dónde queda la enfermería y a quién avisar, porque **los primeros minutos después de una lesión valen más que muchos días de tratamiento**.

Un récord honesto vale más que un récord perfecto

Querer un buen récord de accidentes es lo correcto. Pero un récord limpio construido sobre lesiones calladas no es seguridad: es silencio. Un récord de verdad se logra cuando todos informan, el problema se corrige y el siguiente compañero ya no se lastima. Informar una lesión leve no es una debilidad ni una molestia. Es una forma de cuidarnos entre todos y de demostrar que acá importa cada persona.

la seguridad no consiste únicamente en cumplir procedimientos; consiste en construir una cultura donde cada persona regrese sana y salva a su hogar al finalizar la jornada. Esa cultura se construye con gestos simples, como levantar la mano y decir: me lastimé, aunque sea poco, y quiero que me vean.