

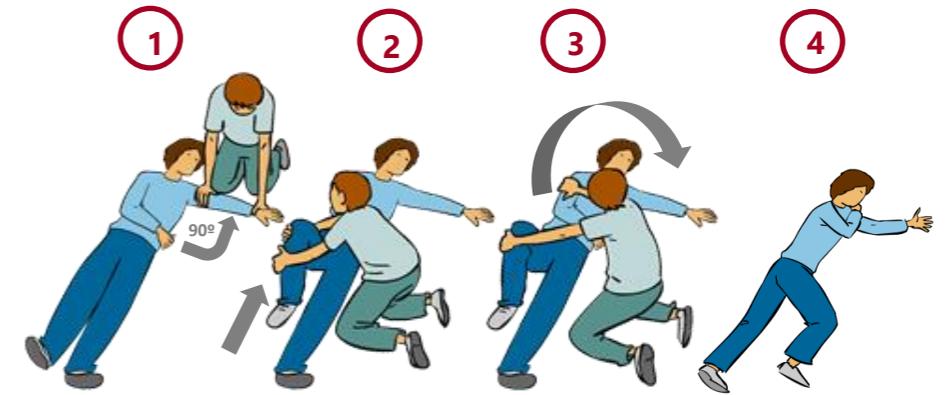
# ANTE UN ACCIDENTE, ¿QUÉ DEBEMOS HACER?

## PRINCIPIOS GENERALES

- 1 PROTEGER
  - 2 AVISAR
  - 3 SOCORRER
- RECONOCIMIENTO DE SIGNOS VITALES
- A CONSCIENCIA
  - B RESPIRACIÓN
  - C PULSO

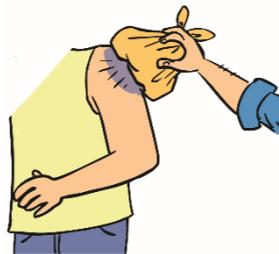
RECUERDA QUE AL ACCIDENTADO HAY QUE **TRATARLE** CON URGENCIA.  
**NO TRASLADARLE** CON URGENCIA

## POSICIÓN DE SEGURIDAD



## GOLPES Y CONTUSIONES

- Inmoviliza la zona afectada: la mejor manera de inmovilizar es "no mover".
- Calma el dolor: aplica frío local a intervalos regulares. Además, retrasarás la aparición de la inflamación inicial.
- Solicita traslado a un centro médico.



## QUEMADURAS

- Aplica agua fría abundante sobre la zona quemada durante un tiempo aproximado de 15 minutos.
- Si la zona quemada está descubierta, tápala con una gasa estéril húmeda y solicita asistencia médica.



## TÓXICOS

### Pautas básicas:

- Recaba información del producto (ficha de seguridad etiqueta) y llama al (servicio de información Toxicológica ) (91 562 04 20).

### En caso de ingestión:

- Si está consciente, provócale el vómito salvo que la información del producto no lo aconseje (sustancias corrosivas, hidrocarburos).

### En caso de inhalación:

- Aleja a la víctima de ese lugar y trasládala a una zona ventilada.
- Aflójale la ropa.
- Si se produce por permanecer en espacios confinados (pozos, alcantarillas, tanques, silos...), el rescate sólo puede efectuarse por personal especializado. En su defecto, solicita ayuda de emergencia (112).



**TELÉFONO DEL SERVICIO DE  
INFORMACIÓN TOXICOLÓGICA**  
**91 562 04 20**

## LIPOTIMIA

- Traslada al afectado a una zona más fresca.
- Acuéstale con la cabeza ladeada para evitar aspiraciones y con las piernas elevadas para aumentar el flujo de sangre al cerebro, además aflójale la ropa para que esté más cómodo, abanicándole constantemente.
- Si se recupera, siéntale unos minutos antes de incorporarle totalmente.
- En caso de que no se recupere, avisar a los servicios de urgencia (112).



## CUERPO EXTRAÑO EN LOS OJOS

- Nunca frotar el ojo afectado.
- Si es por salpicaduras, lava el ojo con agua fría abundante.
- Cuando se deba a partículas, no intentes extraerlas y cubre el ojo sin presionar.
- Solicita asistencia médica.





# FREMAP

Mutua Colaboradora con la  
Seguridad Social nº 61

## EN CASO DE URGENCIA

### 900 61 00 61

HOSPITAL FREMAP 24H	Carretera Pozuelo-Majadahonda s/n	91 626 55 00
MADRID CENTRO ASISTENCIAL	C/ Capitán Haya, 39	91 572 60 00
MADRID	C/ Ronda De Valencia 8	91 506 49 70
	Avda. Pablo Iglesias 36-40	91 456 14 50
	C/ General Ricardos, 138	91 225 78 00
	C/ Bueso Pineda, 59	91 716 11 50
	Avda. Aragón 334-Ef. América	91 746 15 40
ALCALA DE HENARES	C/Colmenar de Oreja, 20	91 888 18 85
ALCOBENDAS	C/ Jaén esquina Avda .Madrid	91 654 87 00
ALCORCON	Avda. Olímpico Fernández Ochoa, 18	91 644 91 25
ARGANDA DEL REY	Avda. De Los Derechos Humanos, 8	91 871 06 53
COLLADO VILLALBA	C/ Honorio Lozano 43	91 849 74 30
FUENLABRADA	Avda. Constitución 98	91 690 53 78
GETAFE	C/ Tres Carabelas, 4 Sector III	91 696 84 13
HUMANES	C/ Islas Cíes 15	91 492 02 12
LEGANES	C/ Julio Palacios, 18	91 686 53 89
MAJADAHONDA	Carretera Pozuelo-Majadahonda 61	91 626 58 63
MOSTOLES	Calle E, Nº5 (Polígono Industrial. Arroyo Molinos )	91 685 23 70
PARLA	Avda. América Esq C/Turin	91 698 87 66
PINTO	Calle Manuel Jiménez El Alguacil, 4	91 698 72 00
RIVAS VACIAMADRID	Calle Electrodo 68	91 499 17 61
S.SEBASTIAN REYES	Avda. Pirineos, 27	91 659 31 36
TORREJON DE ARDOZ	Avda. Cristobal Colon, 22	91 676 40 15
TRES CANTOS	Ronda De Poniente, 18	91 806 13 56

(En [fremap.es](http://fremap.es) puede consultar los horarios de cada centro)