

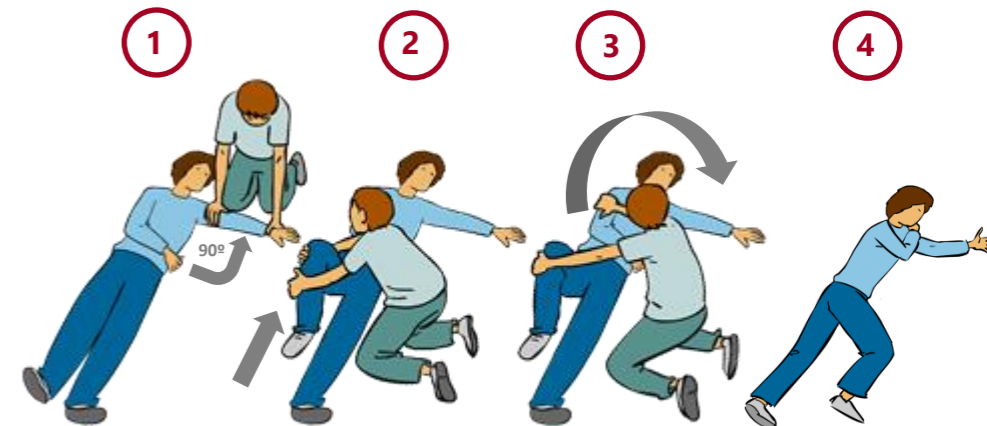
# ANTE UN ACCIDENTE, ¿QUÉ DEBEMOS HACER?

## PRINCIPIOS GENERALES

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

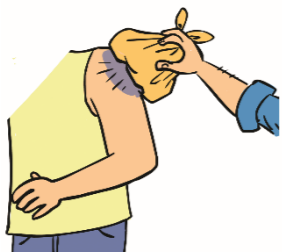
RECUERDA QUE AL ACCIDENTADO HAY QUE **TRATARLE** CON URGENCIA.  
**NO TRASLADARLE** CON URGENCIA

## 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).



## 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.



**NO**

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



Mutua Colaboradora con la  
Seguridad Social nº 61

**EN CASO DE URGENCIA  
900 61 00 61**

Población	Domicilio	Teléfono
BADAJOS	C/ JUAN ALBA BURGOS, 15	924 236858
DON BENITO	C/ JARA, 5	924 808440
MÉRIDA	AVDA. DE LA CONSTITUCIÓN, BLOQUE 1	924 370839
ZAFRA	C/ ALCAZABA, 5	924 563330
ALMENDRALEJO	C/ JOSÉ BARRIO BARDÓN S/N CM SAN JOSÉ	924 666594
CÁCERES	AVDA. VIRGEN DE GUADALUPE, 27	927 241500
PLASENCIA	AVDA. DE CALVO SOTELO, 39	927 424974
NAVALMORAL DE LA MATA	C/ GUTIÉRREZ MELLADO, 6	927 538166

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