

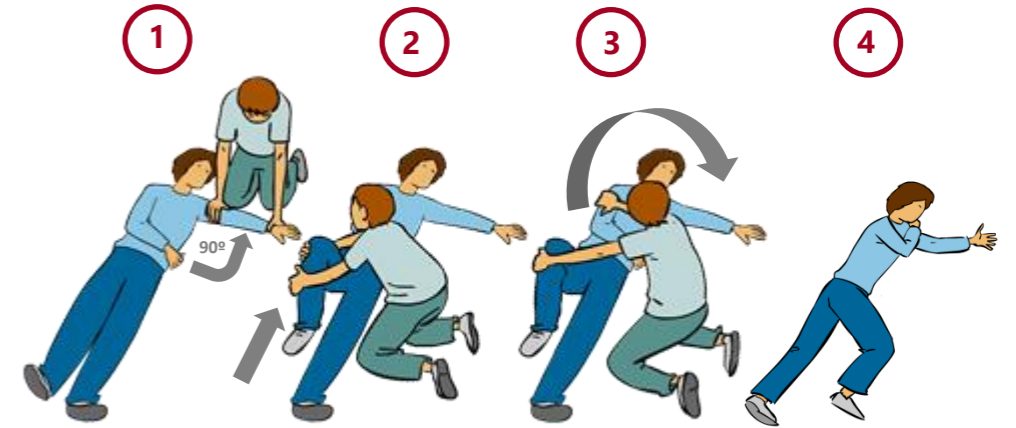
ANTE UN ACCIDENTE, ¿QUÉ DEBEMOS HACER?

PRINCIPIOS GENERALES

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

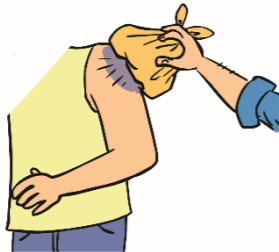
RECUERDA QUE AL ACCIDENTADO HAY QUE **TRATARLE** CON URGENCIA.
NO TRASLADARLE CON URGENCIA

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**

ÁVILA	AVDA. DE MADRID, 12-14	920 352 974
BENAVENTE	COSTANILLA DE VALLADOLID, 7 Bajos	980 637 198
BURGOS	AVDA. DE LA PAZ, 35 (antes GENERAL YAGÜE)	947 225 641
CUÉLLAR	AVDA. CAMILO JOSÉ CELA, 42	921 142 657
LEÓN	PASEO CONDESA DE SAGASTA, 10	987 244 151
MEDINA DEL CAMPO	AVDA. LOPE DE VEGA, 27	983 813 064
MIRANDA DE EBRO	CTRA. LOGROÑO, 59	947 331 700
PALENCIA	AVDA. CASADO DEL ALISAL, 33	979 750 844
PONFERRADA	PARQUE DEL TEMPLE, S/N	987 405 150
SALAMANCA	C/ LAS ERAS ESQUINA A POLLO MARTÍN, 11	923 254 430
SEGOVIA	AVDA. PADRE CLARET, 26	921 435 975
SORIA	C/ TEJERA, 24	975 212 114
VALLADOLID	Pº ARCO DE LADRILLO, 90 – EDIFICIO CENTRO MADRID	983 239 210
ZAMORA	RONDA DE LA FERIA, 19	980 534 377

(En fremap.es puede consultar los horarios de cada centro)