

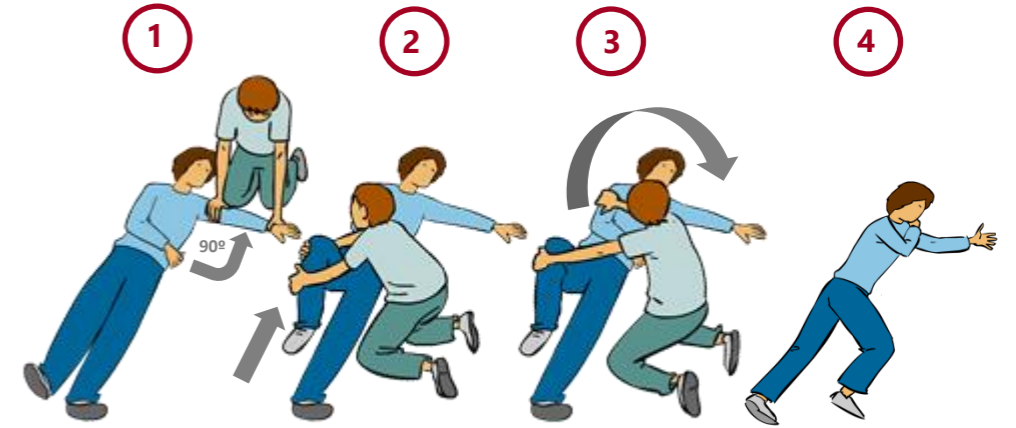
ANTE UN ACCIDENTE, ¿QUÉ DEBEMOS HACER?

PRINCIPIOS GENERALES

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

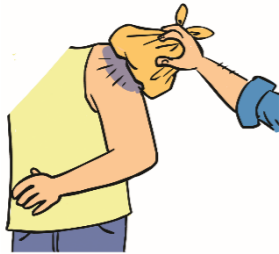
RECUERDA QUE AL ACCIDENTADO HAY QUE **TRATARLE** CON URGENCIA.
NO TRASLADARLE CON URGENCIA

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**



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

CENTROS FREMAP	DIRECCIÓN	TELÉFONO
HOSPITAL FREMAP VIGO	C/ Feliciano Rolán, Nº 12	986 41 30 33
VIGO	C/ Pizarro, Nº 16	986 43 07 88
PONTEVEDRA	C/ San Pedro Alcántara, Nº 7	986 85 51 11
PORRIÑO	Avda. Domingo Bueno, Nº 79	986 33 70 12
VILAGARCIA DE AROUSA	C/ Rodrigo de Mendoza, Nº 4	986 50 95 75
A CORUÑA	C/ Caballeros, Nº 27-29	981 15 20 00
SANTIAGO DE COMPOSTELA	C/ Amor Ruibal Nº 30-32	981 56 95 00
FERROL	Avda. de Esteiro, Nº 58 -60	981 36 91 21
RIVEIRA	Paseo das Carolinas, Nº 26	981 87 04 05
LUGO	Avda. das Américas, Nº 15	982 20 14 00
BURELA	C/ Álvaro Cunqueiro, Nº 2	982 58 59 51
OURENSE	Avda. de la Habana, Nº 6 - 8	988 37 07 73

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