

### Activación del sistema de emergencia

**Proteger**  
**Avisar**  
 Emergencias 112  
 Urgencias 061  
 Servicio de Información Toxicológica 91 562 04 20

**Socorrer**

### Principios Generales

- 1º Conservar la calma y actuar rápidamente.
- 2º Valoración inicial: valorar las funciones vitales.
  - a. Estado de conciencia
  - b. Ver si respira. Si falta al hacer el método boca a boca.
  - c. Comprobar el pulso carotídeo. Si falta Reanimación Cardiopulmonar.
  - d. Si presenta hemorragias severas, actuar de inmediato.
- 3º Valoración secundaria: Examinar otras lesiones de la cabeza a los pies.
  - a. Tranquilizar al accidentado.
  - b. Informarlo de nuestras actuaciones.
  - c. Traslado en condiciones adecuadas, si es necesario.
  - d. Si presenta hemorragias severas, actuar de inmediato.

### Reanimación cardiopulmonar

1. Apertura de las vías aéreas: Con una mano en la frente, inclinar su cabeza hacia atrás. Retirar sustancias extrañas (vómitos, piezas dentarias, etc.) de la boca, si existieran.
2. Si no respira: Respiración Artificial (método boca a boca).
  - a. Tapar con una mano los orificios de la nariz, mientras le realizamos con nuestra boca una inspiración profunda (soplo fuerte), mientras observamos que se eleva el tórax.
  - b. Quitar la presión de los dedos sobre la nariz y retirar nuestra boca, para que salga el aire.
  - c. Repetir la maniobra de 12 a 15 veces por minuto, hasta que respire espontáneamente.
3. Si no tiene pulso carotídeo (lado del cuello), realizar compresiones torácicas (Masaje Cardíaco):
  - a. Colocarnos de rodillas lateralmente a la víctima, que estará boca arriba en un plano duro.
  - b. Colocar el talón de una mano en la mitad inferior del esternón, y sobre ésta apoyar el talón de la otra mano, entrelazando los dedos.
  - c. Presionar con energía, hasta hundir el tórax unos 4 cm., después soltar.
  - d. En caso de ser un socorrista realizar 2 insuflaciones boca a boca y 15 compresiones. Pero si son dos socorristas realizar 1 insuflación y 5 compresiones.
4. Si notamos el pulso carotídeo espontáneo, continuar con método boca a boca.
5. Cuando respire espontáneamente, colocar al accidentado en posición lateral de seguridad.

### Fuego

- Conservar la calma.
- Avisar a los compañeros sin provocar el pánico.
- Evacuar el local por la salida principal o la salida de emergencia, si la otra está bloqueada.

agua, combustible, incendio

**NO**

### Ante fuego pequeño

- Apagarlo con extintor adecuado o cubriéndolo con un recipiente.
- Retirar los productos químicos inflamables de cerca del fuego.
- No usar agua para apagar un fuego por disolventes.

### Ante fuego grande

- Aislar el fuego
- Utilizar extintores adecuados
- Si no se controla pronto, accionar la alarma de fuego y avisar al servicio de extinción de incendios.
- Evacuación del edificio.

### Ante fuego en el cuerpo

- Pide ayuda
- Estírate en el suelo y rueda sobre ti.
- No corras.
- Ayuda a apagar a otra persona, cubriéndola con una manta o llévala hasta la ducha de seguridad si está cerca, o que ruede por el suelo.
- Nunca uses el extintor, sobre la persona.
- Apagado el fuego, protege del frío al quemado y avisar al médico.

### Cortes

- Lavar con agua corriente.
- Si es pequeño y no sangra lavar con agua y jabón, cubriendo con una gasa estéril.
- Si es grande y sigue sangrando cubrir con más gasas, comprimiendo la herida.
- Buscar asistencia médica.

### Quemaduras

- Lavar la zona afectada con agua fría durante 10 a 15 minutos.
- Si es grave, buscar atención médica inmediata.
- No usar cremas ni pomadas en las quemaduras graves.

### Inhalación de productos químicos

**NO** **NO**

riesgo de explosión

- Protégete con una máscara adecuada o aguanta la respiración para sacarle al aire libre.
- Requerir asistencia médica.
- Aflojarle las ropas.
- Iniciar la respiración boca a boca al primer síntoma de insuficiencia respiratoria.
- Identificar el vapor tóxico.

**NO** **NO** **NO**

### Salpicaduras en los ojos

- Actuar rápidamente (en menos de 10 segundos)
- Lavar los ojos con agua corriente, a chorro continuo a baja presión, un mínimo de 20 minutos.
- Tapar el ojo con gasa estéril.
- Acude al médico.

### Ante una ingestión de productos químicos

- Pedir asistencia médica.
- Producir el vómito, salvo que el producto ingerido sea corrosivo.
- Taparle con una manta para que no se enfíe.
- Averiguar el producto ingerido.

### Derrame de productos químicos sobre la piel

- Lavarlos inmediatamente con abundante agua corriente, un mínimo de 15 minutos.
- Si es grande usar la ducha de seguridad.
- Quitar la ropa impregnada, mientras esté debajo de la ducha.
- Retirar el reloj, pulsera, anillos, etc.
- Solicitar asistencia médica

### Convulsiones

- No impedir los movimientos.
- Colocarle tumbado donde no pueda hacerse daño.
- Impedir que se muerda la lengua con un pañuelo entre los dientes.

### Desmayo (Lipotimia)

- Ponedle tumbado, con la cabeza más baja que el resto del cuerpo.

### Normas de actuación

#### Accidente de trabajo

- En caso de urgencias vitales y accidentes graves llame a:
- Línea Integral 24 horas de Ibermutua: 900 23 33 33.
  - Teléfono de Emergencias de su zona geográfica: 112 (o similar).

En el resto de casos:

- Acuda al centro asistencial de Ibermutua más cercano.
- Fuera de su horario, acuda al hospital concertado 24 horas más próximo.
- Si desconoce la ubicación:
  - Póngase en contacto con la Línea Integral 24 horas de Ibermutua: 900 23 33 33
  - Consulte la red de centro en [www.ibermutua.es](http://www.ibermutua.es) o en la App Ibermutua.
  - Si no encuentra ninguno centro de Ibermutua o concertado cercano, acuda al centro médico más próximo.
- Para agilizar los trámites, es conveniente llevar cumplimentado el Volante de solicitud de asistencia sanitaria.

#### Enfermedad común o Accidente no laboral

Contacte con el Servicio de Urgencias: 112 o 061

Síguenos en



Certificaciones y acreditaciones

