

## 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

- Estado de conciencia.
- Ver si respira. Si falla al hacer el método boca a boca.
- Comprobar el pulso carotídeo. Si falta Reanimación Cardiopulmonar.
- Si presenta hemorragias severas, actuar de inmediato.

**3º** Valoración secundaria: Examinar otras lesiones de la cabeza a los pies.

- Tranquilizar al accidentado.
- Informarle de nuestras actuaciones.
- Traslado en condiciones adecuadas, si es necesario.
- 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.

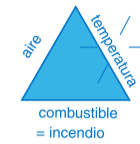
**c.** Presionar con energía, hasta hundir el tórax unos 4 cm., después soltar.

**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. ciones boca a boca y 15 compresiones. Pero si son dos socorristas realizar 1 insuflación y 5 compresiones.

## Fuego

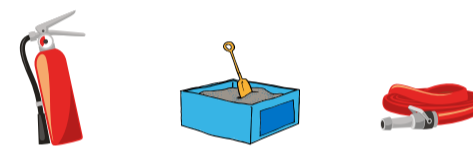


- Conservar la calma.
- Avisar a los compañeros sin provocar el pánico.
- Evacuar el local por la salida principal o la salida de emergencia, si la otra está bloqueada.



### 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

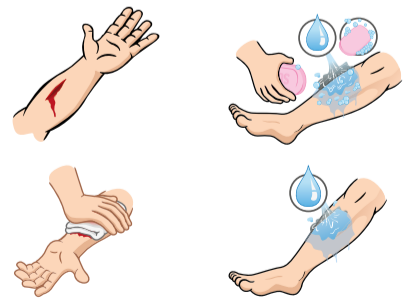
- Aislar el fuego.
- Utilizar extintores adecuados.
- Si no se controla pronto, accionar la alarma de fuego y avisar al servicio de extinción de incendios.
- Evacuación del edificio.

### 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.



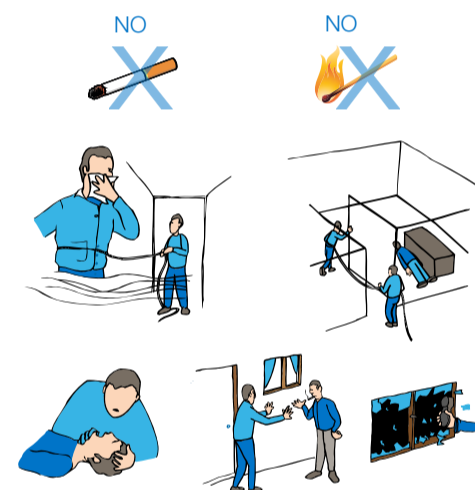
## Quemaduras

- 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

- 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.



## 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 enfríe.
- 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

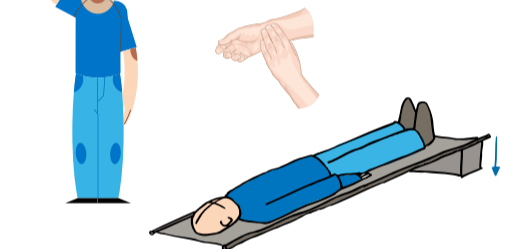
## Convulsiones

- 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 centros en [www.ibermutua.es](http://www.ibermutua.es) o en la App Ibermutua
  - Si no encuentra ningún 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 médica.

### Enfermedad común o Accidente no laboral

- Contacte con el Servicio de Urgencias: 112 ó 061