

QUÉ HACER EN CASO DE:



TELÉFONO
EMERGENCIAS **112**

DESMAYO O PÉRDIDA DE CONOCIMIENTO

- Colocar a la víctima en posición estirada boca arriba con las piernas elevadas (unos 45°) o bien en posición lateral de seguridad si está en coma o presenta vómitos.
- Si no responde al elevar las piernas, llamar al 112.
- Evitar aglomeraciones alrededor del paciente.
- Aflojarle la ropa ajustada para evitar opresiones.
- Tranquilizar a la víctima. A medida que se recupere, incorporarla gradualmente.



HEMORRAGIA

- Colocar a la víctima en posición horizontal.
- Detener la hemorragia mediante la compresión con un paño limpio. Aunque la hemorragia ceda, mantener la compresión unos 15 minutos o hasta la llegada de los servicios médicos. No realizar torniquetes.



QUEMADURA LEVE

- Lavar la quemadura con abundante suero o agua, puesto que disminuye el dolor.
- No retirar la ropa (u otros objetos) si está muy adherida a la piel o si la quemadura es muy extensa.
- Puede limpiarse la quemadura con agua y jabón. No aplicar cremas, aceites, pasta de dientes... sobre la quemadura.
- Tapar la zona afectada con un paño limpio para aislar del ambiente.



ESGUINCES Y CONTUSIONES

- Aplicar sobre la zona dolorosa y/o hinchada compresas frías o hielo envuelto en un paño para reducir la inflamación. Evitar mover y apoyar el área anatómica afectada.
- Ante una deformidad del miembro y la dificultad para mover la extremidad, debemos sospechar de una fractura. Evitaremos la movilización y llamaremos al 112.



HERIDAS LEVES

- Lavar la herida con abundante agua y jabón.
- Ocluir la herida para aislarla del ambiente.



ATRAGANTAMIENTO

- Si la persona respira, debemos animarla a toser.
- Si la persona presenta dificultad para toser o respirar, golpearemos la espalda entre los omóplatos. Si los golpes en la espalda no son efectivos, debemos buscar alguna persona que pueda realizar la maniobra de Heimlich o de compresión abdominal.



GOLPE DE CALOR

- Colocar a la persona en un lugar fresco.
- Quitar el exceso de ropa.
- Refrescar con agua fría la cara y la zona cervical, abanicar o ventilar.
- Si la persona presenta un buen nivel de consciencia y no vomita, podemos darle agua fresca en pequeñas cantidades para hidratarse.

