

PRIMEROS AUXILIOS Cómo actuar

- ✓ Mantener la CALMA y tranquilizar al afectado.
- ✓ Evitar aglomeraciones.
- ✓ Saber imponerse.
- ✓ No mover al afectado.
- ✓ Examinar al afectado.



- ✓ Cubrir con ropa para evitar hipotermia.
- ✓ No dar bebida, comida o medicación.
- ✓ Si está inconsciente y respira normalmente: posición de recuperación (lateral de seguridad).

PROTEGER

Asegurar ausencia de peligro del lugar

AVISAR

Llamar al servicio de emergencias 112

SOCORRER

Evaluar la víctima

VALORACIÓN PRIMARIA Y SOPORTE BÁSICO

¿Está consciente?

NO ¿Respira con normalidad? **NO** **RCP**

- 1 Colocar afectado boca arriba y nosotros de rodillas al lado.
- 2 Abrir vía aérea
 - Maniobra frente mentón (cabeza atrás-elevar rodilla)
 - Ver / Oír / Sentir.
 - Comprobar que no tiene ningún objeto dentro de la boca.
- 3 Llame al 112
 - Envíe a alguien a buscar un desfibrilador
- 4 30 compresiones torácicas
 - Manos entrelazadas y colocadas en el centro del pecho.
 - Realizar presión con el talón de las manos, con firmeza y sin doblar los brazos.
- 5 2 ventilaciones
 - Pinzar la nariz con el dedo índice y pulgar de la mano que tiene sobre la frente.
 - Insuflar aire boca a boca (observar elevación del pecho durante 1 seg).
 - Si no está formado o no se ve capaz, haga RCP solo con compresiones torácicas continuas.
- 6 Continuar con una relación 30:2
 - Cada minuto: Parar, evaluar, reiniciar.
 - No interrumpir las compresiones más de 10 seg.
- 7 **Si disponemos de Desfibrilador: Encender y seguir instrucciones.**



VALORACIÓN SECUNDARIA

¿Responde?

SÍ Examinar lesiones



QUEMADURA

- Enfriar la quemadura con agua muy fría.
- Cubrir la quemadura con apósitos mojados.



HEMORRAGIA EXTERNA

- Tumbiar al afectado.
- Comprimir directamente en el punto de sangrado con gasas o pañuelos limpios.



FRACTURA

- Inmovilizar zona lesionada impidiendo que se mueva.
- Usar pañuelos, tablas, tubos...



CONVULSIONES

- No sujetar al afectado.
- Colocar ropa debajo de la cabeza para proteger de golpes.
- Colocar pañuelo entre los dientes para evitar que se muerda la lengua.



INTOXICACIÓN

Inhalación

- El socorrista se protegerá con pañuelo o mascarilla la boca.
- Retirar al afectado del ambiente tóxico.

Contacto con la piel

- Retirar la ropa en caso que esté impregnada con agua y jabón.

Ingestión

- No provocar el vómito.
- No dar nada por boca al afectado.



HERIDA

- Lavarnos las manos con agua y jabón.
- Lavar la herida con agua y jabón.
- Cubrir la herida con gasas.