



COMO ACTUAR EN CASO DE ACCIDENTE

CONSIGNAS BÁSICAS EN PRIMEROS AUXILIOS

COMO PROCEDER EN CASO DE:	NUNCA DEBE:	
<p>HERIDAS SUPERFICIALES</p> <ul style="list-style-type: none"> ⇒ Lave con agua jabonosa. ⇒ Seque con gasa. ⇒ Aplique yodo. ⇒ Cubra con un apósito. <p>HERIDAS PROFUNDAS</p> <ul style="list-style-type: none"> ⇒ Lave con agua jabonosa o aplique gasa con agua oxigenada. ⇒ Acuda a un Centro Médico. <p>HERIDAS MUY SANGRANTES O CON CUERPOS EXTRAÑOS</p> <ul style="list-style-type: none"> ⇒ No manipule la herida. ⇒ Tapone con gasas o algodón envuelto en gasa. ⇒ Si hay hemorragia comprima directamente. ⇒ Acuda a un Centro Médico <p>QUEMADURAS</p> <ul style="list-style-type: none"> ⇒ Aplique paños húmedos o chorro de agua durante 20 minutos. ⇒ Acuda a un Centro Médico. <p>CUERPO EXTRAÑO EN OJO/S</p> <ul style="list-style-type: none"> ⇒ Lave con abundante agua limpia. ⇒ Cubra con gasa. ⇒ Acuda a un Centro Médico. <p>GOLPES Y CONTUSIONES</p> <ul style="list-style-type: none"> ⇒ Aplique frío. ⇒ Si no hay herida aplique analgésico tópico. ⇒ Vendaje compresivo si hay hinchazón. ⇒ Si sospecha una lesión importante, acuda a un Centro Médico. 	<ul style="list-style-type: none"> ⇒ Limpiar con alcohol. ⇒ Secar con algodón. ⇒ Aplicar pomadas. <ul style="list-style-type: none"> ⇒ Usar alcohol y desinfectante colorante (Mercromina, Betadine, etc.). ⇒ Manipular la herida. <ul style="list-style-type: none"> ⇒ Manipular la herida. ⇒ Taponar con algodón o tejidos sucios. ⇒ Utilizar torniquetes estrechos. ⇒ Extraer cuerpo/s extraño/s. <ul style="list-style-type: none"> ⇒ Romper las ampollas. ⇒ Aplicar vendajes adhesivos. <ul style="list-style-type: none"> ⇒ Manipular cuerpo extraño. ⇒ Utilizar colirios y pomadas. <ul style="list-style-type: none"> ⇒ Aplicar cualquier tipo de calor. ⇒ Aplicar analgésico tópico si hay herida. 	

DONDE ACUDIR EN CASO DE ACCIDENTE DE TRABAJO

TRABAJADORES PERTENECIENTES AL RÉGIMEN GENERAL DE LA SEGURIDAD SOCIAL o MUNPAL	
MUTUA UNIVERSAL (LOGROÑO) C/ Barrera 20, Bajo	941-20 93 00
MUTUA UNIVERSAL (CALAHORRA) C/ Bebricio 61, Bajo	941-13 48 97
MUTUA UNIVERSAL (ALFARO) C/ Tambarría 4, Bajo	941-18 15 22
MUTUA UNIVERSAL (HARO) C/ Lucrecia Arana 10, 1º	941-31 04 56
MUTUA UNIVERSAL (NAJERA) C/ San Fernando 135, Bajo	941-36 36 68
TELÉFONO DE INFORMACIÓN 24 HORAS MUTUA UNIVERSAL	900 203 203



**Gobierno
de La Rioja**

FICHA DE INFORMACIÓN DEL PUESTO DE TRABAJO
FICHA PARA PUESTO DE TELETRABAJO
SERVICIO DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES
GOBIERNO DE LA RIOJA

TRABAJADORES PERTENECIENTES AL MUTUALISMO ADMINISTRATIVO MUFACE

Los trabajadores deben acudir a cualquier centro asistencial o profesional de su cuadro médico.

TRABAJADORES PERTENECIENTES AL MUTUALISMO GENERAL JUDICIAL MUGEJU

Los trabajadores deben acudir a cualquier centro asistencial o profesional de su cuadro médico.

TELÉFONOS EXTERIORES DE EMERGENCIAS

S.O.S. RIOJA / BOMBEROS / PROTECCIÓN CIVIL / AMBULANCIAS	112
POLICÍA LOCAL	092
GUARDIA CIVIL	062
POLICÍA NACIONAL	091
INSTITUTO NACIONAL DE TOXICOLOGÍA	91-562 04 20



www.larioja.org



**Gobierno
de La Rioja**

FICHA DE INFORMACIÓN DEL PUESTO DE TRABAJO
FICHA PARA PUESTO DE TELETRABAJO
SERVICIO DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES
GOBIERNO DE LA RIOJA