

### 3. ACTUAR SIN MOVER A LOS HERIDOS

- ✘ Comprueba si los heridos están conscientes, para eso sólo hace falta hablarles y tocarles un poco, sin moverlos.
- ✘ Si están inconscientes, comprueba si respira, acercando tu cara a la cara del sujeto y notarás el aire en tu mejilla, oirás el susurro del aire y mira si se mueve el pecho.
- ✘ Si no respira, sin moverle la cabeza ábrele la boca y con ayuda de un pañuelo agárrale la lengua y tira un poco de ella hacia afuera, con eso abres la vía aérea y deja que entre el aire.
- ✘ Si sangra, pon unas compresas, pañuelos o trozos de tela, sobre la herida y aprieta fuertemente (Hemostasia), sin ser impaciente, es decir, no mires cada dos por tres a ver si sigue sangrando. Si se mancha la compresa pon otra encima.
- ✘ Ten cuidado con la sangre, si entras en contacto con ella es muy peligroso. Si no tienes guantes en ese momento utiliza una bolsa de plástico.
- ✘ No hagas torniquetes, porque al hacer un torniquete impides que la herida sangre, pero también impides que la sangre siga oxigenando el resto del miembro afectado.
- ✘ Tapa a los heridos con algo de ropa, ya que si pierden calor pierden vida, esto también vale para el verano.

## COMO ACTUAR EN CASO DE ACCIDENTE DE TRÁFICO



Si conduciendo tu vehículo presencias un accidente de tráfico, no pierdas de vista la carretera, una distracción podría ocasionar otro accidente. Cada año se produce un número elevado de muertes entre personas que quieren ayudar... no incrementemos estas tristes estadísticas. Si ya hay otros vehículos detenidos ayudando, y tú no tienes conocimientos de primeros auxilios, continúa tu camino. Debemos recordar la conducta "PAS":

**PROTEGER ALERTAR SOCORRER**



## 1. PROTEGER: HACIENDO SEGURO EL LUGAR DEL ACCIDENTE

El impacto que produce presenciar un accidente puede provocar nervios y descontrol. Para evitar acciones o riesgos inútiles se aconseja:

- ✘ Para el coche, con las luces de avería o posición.
- ✘ Ponte siempre el chaleco reflectante para hacerte visible a otros posibles vehículos.
- ✘ Señaliza el lugar para alertar al resto de conductores: los triángulos de señalización se colocarán, uno por delante y otro por detrás del vehículo o la carga, como mínimo a 50 metros de distancia y de tal forma que sean visibles desde 100 metros.
- ✘ Apaga, el encendido de los vehículos implicados cerrando el contacto para evitar incendios y/o explosiones.
- ✘ Si el vehículo está incendiado apaga el fuego con un extintor, arena o tierra.
- ✘ A continuación solicita o haz que otras personas soliciten ayuda.



## 2. ALERTAR LLAMANDO AL 112

- ✘ ¿Dónde llamar? Al 112 (TELEFONO UNICO DE EMERGENCIAS) Único para toda España y Europa.
- ✘ Los móviles sin tarjeta SIM pueden llamar al 112 y es gratuito.
- ✘ Describe lo que sucede y el estado de los heridos; cuantos son, si están conscientes, si respiran, si están atrapados dentro de los coches etc.
- ✘ Indica lo más exactamente posible el lugar del accidente, así como el sentido de la dirección de la carretera si es una autovía o autopista. La inexactitud en la localización hace perder muchas veces minutos preciosos.

