

TELÉFONOS Y DIRECCIONES EN CASO DE EMERGENCIA

TELEFONOS DE URGENCIAS	
EMERGENCIAS	112
BOMBEROS	978 604 080 / 080
POLICIA LOCAL	092
GUARDIA CIVIL	978 601 300 / 062
AMBULANCIAS AMBULANCIA CRUZ ROJA	978.602.609

CENTROS DE ASISTENCIA SANITARIA	
 CENTRO SALUD MÁS CERCANO	
Nombre del centro asistencial:	Centro de Salud Teruel Ensanche C/ Jerónimo Soriano, 9 / 44002 - Teruel.
Teléfono de urgencias:	978 65 41 00
 HOSPITAL GENERAL	
Nombre del centro asistencial:	Hospital Obispo Polanco Avda. Ruiz de Jarabo, s/n / 44002 - Teruel
Teléfono de urgencias:	978 65 44 00

Todos los **traslados de lesionados graves se realizarán mediante ambulancia**, se prohíbe expresamente utilizar vehículos particulares para el traslado de heridos graves al hospital.

Los lesionados leves deberán ser acompañados al centro asistencial más cercano. No se permitirá seguir trabajando a un lesionado leve sin antes haber sido atendido por un médico.

En caso de incendio, siempre se avisará a los bomberos.

PRINCIPIOS DE ACTUACIÓN DE EMERGENCIA

Existen 4 principios de actuación de emergencia que deben seguirse cuando se atiende un accidente:

- 1º Examinar la escena del accidente
- 2º Solicitar ayuda del servicio de asistencia médica
- 3º Actuar con calma y tranquilizar al accidentado ganándose su confianza
- 4º Evaluar el estado del accidentado.



TELEFONOS DE EMERGENCIA

- Ambulancia
- Bomberos
- Policia
- Hospital
- Inf. Toxicológica
- Serv. Emerg. Médica
- Mutua

Es importante conocer los teléfonos de emergencia más usuales

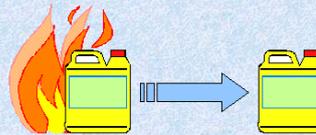
y disponer de un botiquín con todo lo necesario (R.D. 486/97)



PAUTAS GENERALES DE ACTUACIÓN

Estas pautas de actuación se resumen básicamente en tres:

1. PROTEGER el lugar de los hechos



2. ALERTAR a los Servicios de socorro

3. SOCORRER a las víctimas



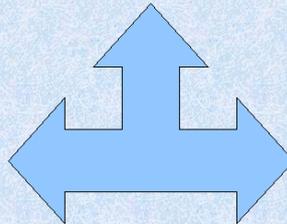
1º- PROTEGER EL LUGAR DE LOS HECHOS

Después de haberse producido el accidente puede persistir el peligro que lo originó (fuego, escape de gas, etc.)

Hay que **hacer seguro** el lugar del accidente



Atendiendo a nuestra propia seguridad



Atendiendo a la seguridad de los accidentados

2° - ALERTAR A LOS SERVICIOS DE SOCORRO

La persona que da la alarma tiene que indicar **SIEMPRE**:

El lugar exacto del accidente: carretera, kilómetro, etc.



El tipo de accidente (incendio, explosión, escape, etc) indicando circunstancias que pueden agravar la situación

El número de heridos y su estado aparente



Es necesario **IDENTIFICARSE**: dar el nombre o decir desde donde se llama

3°- SOCORRER A LAS VÍCTIMAS

Es importante seguir un orden de prioridades a la hora de prestar primeros auxilios

1° 2° 3°

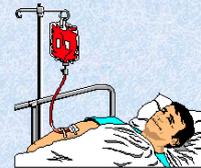
Si se actúa de forma inconsciente se podrían causar daños mayores al accidentado

En presencia de un lesionado **SÍ** se debe:

Realizar un pequeño reconocimiento



Primeros auxilios



Abrigarlo



Ingreso en un hospital

Cabeza baja



Evacuación en ambulancia o vehículo ligero

En presencia de un lesionado **NO** se debe:

Mover a un herido sin practicar un pequeño reconocimiento



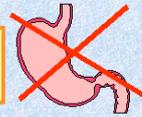
Tocar y hurgar las heridas



Despegar los restos de vestidos pegados a la piel



Dar alimentos o líquidos a los heridos de vientre o inconscientes



Poner torniquetes, si no es absolutamente indispensable



Poner almohadas ni levantar la cabeza, o incorporar a los desmayados



Ubicación del Hospital General
(Avda. Ruiz Jarabo s/n)



Ubicación del Centro de Salud más cercano
(C/ Jerónimo Soriano, 9)

NORMAS BÁSICAS DE PREVENCIÓN FRENTE A INCENDIOS

- Mantener siempre libres y despejados el acceso a los medios de extinción (extintores).
- Mantener el lugar de trabajo tan ordenado y limpio como sea posible.
- No hacer hogueras.
- No colocar papeles, plásticos o cartones sobre o cerca de fuentes de calor.
- No efectuar conexiones improvisadas. Prestar máxima atención al estado de las conexiones y cables eléctricos. Avisar inmediatamente si se comprueban defectos.
- Mantener siempre libres y despejadas las zonas de evacuación.
- No bloquear las vías de evacuación.
- En caso de detectar un pequeño incendio, primero de la voz de alarma e inmediatamente intente apagarlo, en la medida de sus posibilidades. Si el incendio no es posible apagarlo en una primera intervención, evacuar la zona y llamar a los servicios de emergencia (112, Bomberos, etc...)

NORMAS BÁSICAS DE EVACUACIÓN DE EMERGENCIA

Si a pesar de todas las medidas de prevención adoptadas se ha producido un incendio, por pequeño que sea, una vez dada la alarma y empezada la extinción, siempre se deberá proceder a la **Evacuación Total** del personal de la zona del incendio, atendiendo las siguientes normas:

- Desconectar la electricidad y demás instalaciones donde esté trabajando antes de abandonar el puesto de trabajo.
- De la voz de alarma.
- Abandonen el lugar del incendio, dirigiéndose hasta una zona segura.
- Nunca vuelva hacia atrás en su recorrido.
- Camine con rapidez pero sin precipitación.
- Si circula en un ambiente cargado de humo, tápese la boca, agáchese, incluso gatee si es preciso.

NORMAS BÁSICAS DE UTILIZACIÓN DE UN EXTINTOR

1. Sin accionar el extintor dirigirse a las proximidades del fuego.
2. Preparar el extintor acorde instrucciones del fabricante fijadas en la etiqueta.
3. Quitar el precinto de seguridad.
4. Hacer el disparo de prueba.
5. Colocarse a favor del viento.
6. Disparar el extintor a la base del las llamas.
7. BARRER EN ZIG-ZAG (cuidado líquidos)
8. Alejarse sin dar la espalda al fuego.

