

Proteger

Valorar el entorno y apartar a la víctima de la zona de peligro para evitar riesgos.

Señalizar el lugar y adoptar medidas de autoprotección.



Avisar

Activar el sistema de asistencia sanitaria urgente, dar el máximo de datos del accidente y asegurarse de la comprensión del mensaje.



Socorrer

Tranquilizar a la víctima, determinar lesiones y priorizar. Atención preferentemente a las paradas respiratorias, paradas cardíaca y hemorragias graves.



No mover, no dar de comer ni de beber. Evitar enfriamiento.

Tipo	Síntomas	Actuación
Alteraciones de la conciencia		
Lipotimia	Sensación de mareo, debilidad, sensaciones visuales o auditivas. Piel pálida, sudorosa y fría.	Estirar a la víctima boca arriba y aflojar la ropa en lugar fresco. Elevar las piernas, evitar aglomeraciones y control médico.
Coma	Inconsciente. No responde a estímulos.	Si no respira: solicitar intervención médica o socorrista que realice la reanimación cardio respiratoria (RCP). Si respira y no hay trauma: colocarlo en posición lateral de seguridad* . Solicitar intervención médica especializada.
Heridas		
Herida leve	Afecta capa superficial de la piel y de evolución menor de 6 horas.	Lavarse las manos, utilizar guantes, limpiar la herida con agua y jabón, usar gasa estéril, aplicar antiséptico y tapar con gasa estéril.
Herida grave	Capa interna de la piel y de evolución mayor a 6 horas con hemorragia. Localizadas en ojos, tórax y abdomen. Extensa, sucia y con cuerpos extraños.	Controlar la posible hemorragia con compresión. No extraer los cuerpos extraños y evitar movimientos. Colocar un apósito o gasa húmeda, no tocar la herida y acudir a centro sanitario.
Hemorragias		
Externas	La sangre sale al exterior por la herida.	Utilizar guantes, compresión directa con gasas (si es en extremidad y no funciona la compresión directa, intente con compresión arterial) hasta la llegada del sanitario. Elevar la extremidad y no hacer torniquetes .
Otorragia	La sangre sale por la oreja.	Posición lateral de seguridad (PLS) con la oreja sangrante dirigida hacia el suelo y no detener nunca la hemorragia.
Epistaxis	La sangre sale por la nariz.	Aplicar una presión directa sobre tabique nasal durante 5 minutos. Inclinar la cabeza hacia delante.
Quemaduras		
Primer grado	Enrojecimiento, dolor, picor.	Agua fría durante 15 min.
Segundo grado	Ampollas y dolor intenso.	Agua fría durante 15 min. No reventar las ampollas, si se han reventado: aplicar antiséptico como a una herida y cubrir gasa estéril. Control médico.
Tercer grado	Lesión color marrón y no dolor.	Refrescar con agua, cubrir con gasas húmedas. Acudir centro sanitario.
Traumatismos		
Traumatismos en extremidades Contusiones, esguinces, luxaciones y fracturas	Dolor, inflamación, deformidad, incapacidad de movimiento.	Frío local, inmovilizar la articulación por encima y debajo del punto de lesión. En brazos, sacar reloj, anillos y brazaletes o pulseras. Acudir centro sanitario.
Fractura abierta de una extremidad	Mismos síntomas pero con salida del hueso y hemorragia.	No introducir el hueso en la extremidad, cubrir con gasa húmeda estéril, proceder igual al apartado anterior.
<p>En caso de un traumatismo grave que afecte la cabeza o la columna vertebral, NO MOVILIZAR al lesionado. En caso de secreciones o vómitos, ladear con precaución la cabeza.</p>		
Intoxicaciones		
	Nauseas, vómitos, diarreas, dolor abdominal. Dificultad respiratoria. Alteraciones de la consciencia. Convulsiones.	Separar a la víctima de la fuente tóxica e identificar el tóxico. Centro información toxicológica – (Tel. 915 620 420-Consultar ficha seguridad). Intoxicación Vía Oral. Si está consciente que beba agua y provocar vómito. No provocar el vómito si está inconsciente o si presenta convulsiones. Si ha ingerido productos derivados del petróleo o cáusticos, y en caso de embarazo. Vía cutánea. Desvestir a la víctima, limpieza de la piel con agua y traslado a centro sanitario .
Convulsiones		
	Caída brusca al suelo. Contracciones o rigidez generalizada. Convulsiones breves y generalizadas. Pérdida de control esfínteres, sueño o coma. Confusión.	Estirar al accidentado en el suelo. Apartar objetos peligrosos para que no se lesione. Aflojar la ropa y no limitar movimientos. Colocar un pañuelo entre los dientes. Colocarlo en posición lateral de seguridad (PLS) en caso de vómitos. Control médico.
Lesiones oculares		
Heridas, cuerpo extraño Quemaduras / salpicaduras Contusiones	Dolor intenso, lagrimeo, intolerancia a la luz. Hematoma, visión borrosa, dolor.	Limpiar el ojo con agua, cubrir con una gasa húmeda y acudir centro sanitario. No usar colirios ni pomadas. Si se sospecha perforación NO intentar extraer el cuerpo extraño, evitar movimientos bruscos. Traslado urgente.