

1.- PRIMEROS AUXILIOS.

En cualquiera caso la principal consigna es avisar a algún compañero y mantener la calma. En situaciones graves o muy graves, avisar al personal de emergencia sanitaria (061 // 902 50 50 61 // 112)

Existen 10 consejos que se deben tener en cuenta, siempre, como actitud a mantener ante los accidentes:

1. **CONSERVAR LA CALMA**: No perder los nervios es básico para poder actuar de forma correcta, evitando errores irremediables.
2. **EVITAR AGLOMERACIONES**. No se debe permitir que el accidente se transforme en un espectáculo.
3. **SABER IMPONERSE**. Es preciso hacerse cargo de la situación y dirigir la organización de la situación hasta que llegue el equipo médico
4. **NO MOVER AL HERIDO**. Como norma básica no se debe mover a nadie que haya sufrido un accidente, hasta estar seguro de que puede realizar movimientos sin riesgos de empeorar las lesiones ya existentes.
5. **EXAMINAR AL HERIDO**. Se debe efectuar una evaluación primaria, que consistirá en determinar aquellas situaciones en las que exista la posibilidad de la pérdida de la vida de forma inmediata. Posteriormente, se procederá a realizar la evaluación secundaria o, lo que es lo mismo, controlar aquellas lesiones que pueden esperar la llegada de los servicios profesionales.
6. **TRANQUILIZAR AL HERIDO**. Los accidentados suelen estar asustados, desconocen las lesiones que sufren y necesitan a alguien en quien confiar en esos momentos de angustia.
7. **MANTENER AL HERIDO CALIENTE**. Cuando el organismo humano recibe una agresión, se activan los mecanismos de autodefensa implicados, en muchas ocasiones, la pérdida de calor corporal. Esta situación se acentúa cuando existe la pérdida de sangre, ya que una de las funciones de ésta es la de mantener la temperatura interna del cuerpo.
8. **AVISAR AL PERSONAL SANITARIO**. Este consejo o recomendaciones se traduce como la necesidad de pedir ayuda con rapidez, a fin de establecer un tratamiento médico lo más precozmente posible.
9. **TRASLADO ADECUADO**. Es importante acabar con la práctica habitual de la evacuación en coche particular, ya que si la lesión es grave, no se puede trasladar y se debe atender "in situ" y si la lesión no es grave, quiere decir que puede esperar la llegada de la ambulancia.
10. **NO MEDICAR**. Esto es facultad exclusiva del personal médico.