



Llamada de emergencia y pequeñas heridas

DE UN VISTAZO



Emergencias 112: gratuito en toda Europa, incluso sin saldo



Para qué Reaccionar bien en emergencias pequeñas y grandes



Importante No sustituye a un curso de primeros auxilios

30 minutos

desde 8 años

botiquín

La llamada de emergencia: las preguntas clave

¿Dónde? ¿Dónde ha pasado? Lugar, calle, cruce, referencias.

¿Qué? ¿Qué ha pasado? Caída, accidente, mareo...

¿Cuántos? ¿Cuántos heridos hay?

¿Cuáles? ¿Qué heridas ves?

Esperar ¡No cuelgues! Espera a que te pregunten.



Heridas pequeñas

- 1 Ponerse guantes si hay.
- 2 Lavar las raspaduras sucias con agua limpia.
- 3 Nada de pomadas ni remedios caseros en la herida.
- 4 Poner una tirita o un apósito.
- 5 Heridas profundas o que sangran mucho: presionar y pedir ayuda.



Sangrado de nariz

- Sentarse e inclinar la cabeza un poco **hacia delante** (¡no hacia atrás!).
- Apretar las aletas de la nariz unos 10 minutos.
- Paño fresco y húmedo en la nuca.
- Si no para: buscar atención médica.



Llamada de emergencia y pequeñas heridas



Garrapatas

- Sujetar la garrapata a ras de piel con unas pinzas o una tarjeta para garrapatas y sacarla despacio.
- No aplastarla; nada de aceite ni pegamento.
- Marcar la zona con un bolígrafo y apuntar la fecha.
- Si en las semanas siguientes aparece un anillo rojo o fiebre: al médico.



Para dirigentes: en cada actividad debería haber al menos una persona con un curso de primeros auxilios en vigor. Muchas organizaciones ofrecen cursos para grupos juveniles.



Lista del botiquín

- ☐ tiritas de varios tamaños
- ☐ apósitos, vendas de gasa, vendas triangulares
- ☐ guantes desechables, manta térmica, tijeras
- ☐ pinzas para garrapatas, bolsa de frío
- ☐ números de emergencia y lista de niños con alergias