

# Guía de actuación ante situaciones de emergencia

112

## A PERMANENTE

Ante una situación de emergencia la experiencia nos enseña que, a pesar de nuestra buena voluntad, cuando actuamos con precipitación, pero no adecuadamente, los daños se agravan. Por lo tanto, es necesario que todos los trabajadores tengan presentes una serie de normas básicas en cuanto a la forma de actuar ante un accidente, un incendio, o cualquier otra circunstancia que precise la evacuación urgente del lugar de trabajo o una intervención para atender a las personas que puedan resultar afectadas por algún otro incidente (golpe de calor, hipotermia o congelación).

Las obras deben disponer tanto de un documento en el que se indique la dirección y el teléfono del centro médico más cercano, como de una relación que contenga información de los teléfonos de urgencia (ambulancias, bomberos, policía, etc.), situados ambos en un lugar visible de la obra. Es de gran ayuda la presencia en la obra de personas con conocimientos en las técnicas de primeros auxilios.

**Como norma general, ante cualquier emergencia debes comunicarla a tus superiores o al teléfono de emergencias 112.**

### 1. En caso de accidente



Mantén la calma, tranquiliza al accidentado y no permitas las aglomeraciones en torno a él.



No muevas al accidentado sin haber valorado antes su estado, excepto en el caso de que la situación lo requiera (riesgo de explosión, incendio, desplome, etc.).

## GUÍA DE ACTUACIÓN ANTE SITUACIONES DE EMERGENCIA



No trates de dar de comer ni de beber al accidentado.



Siempre que te sea posible, tapa al accidentado con una manta o similar.



Si no conoces las técnicas de actuación relativas a los primeros auxilios, no intervengas. Avisa a las personas capacitadas o a los servicios sanitarios.



No abandones al accidentado hasta la llegada de las personas capacitadas.

## 2. En caso de incendio



Comunica la situación con los medios disponibles (teléfono, transmisor de radiofrecuencia, etc.).



Si el fuego es pequeño, intenta sofocarlo con los medios de extinción disponibles. Sitúate siempre entre la salida y el fuego.



Si el fuego es de gran magnitud, desaloja el recinto. No corras riesgos innecesarios.



En el caso de presencia de humo, muévete agachado protegiéndote la nariz y la boca con un pañuelo o un trapo mojado.

## GUIA DE ACTUACIÓN ANTE SITUACIONES DE EMERGENCIA



Si se te prendiera la ropa, no corras, tírate al suelo, rueda y solicita ayuda.



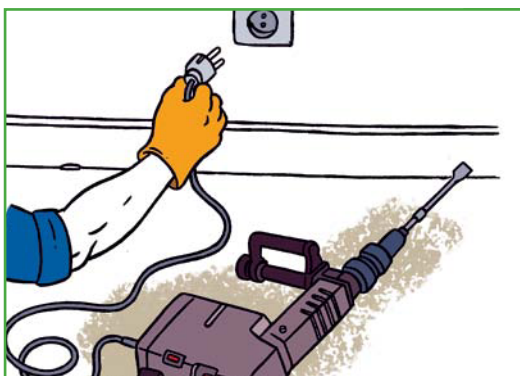
Si te encuentras atrapado por el fuego:

- Cierra las puertas que existan entre el fuego y tú.
- Cubre las ranuras de las puertas con trapos, a ser posible, mojados.

### 3. En caso de orden de evacuación



Presta atención a las órdenes de los responsables de emergencias.



Desconecta, si puedes, los equipos de trabajo eléctricos.

## AULA PERMANENTE



Mantén la calma.



Abandona el lugar de trabajo con rapidez.



Utiliza las vías de evacuación establecidas.



No utilices los ascensores ni los montacargas.



No bloques las salidas.

## GUIA DE ACTUACIÓN ANTE SITUACIONES DE EMERGENCIA



No retrocedas para recoger objetos personales.



Ofrece tu asistencia a los discapacitados.



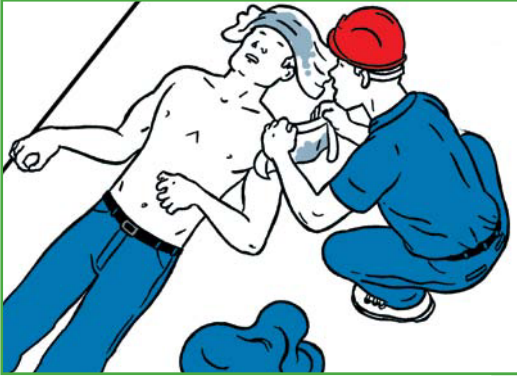
Una vez en el exterior, acude al punto de encuentro que, en su caso, se haya establecido.

### 4. En caso de golpe de calor

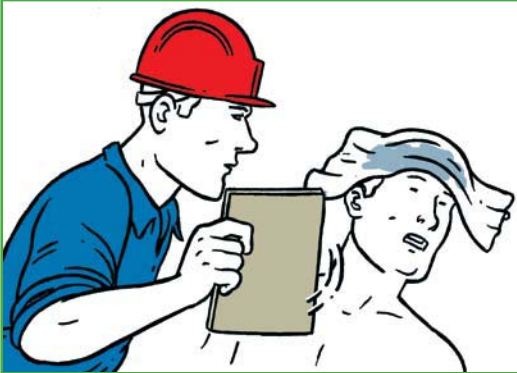


Avisa a las personas capacitadas y a los servicios sanitarios.

## AULA PERMANENTE



Coloca a la persona afectada en un lugar fresco y aireado.  
Retírale las prendas innecesarias y enfríale la piel aplicándole, por ejemplo, compresas o paños de agua fría en la cabeza y empapándole el resto del cuerpo con agua fresca.



Abanica al afectado para refrescarle la piel.



Si la persona afectada sufre convulsiones, no trates de bloquearlas, ya que, al ser movimientos musculares incontrolados debido a un fallo en el sistema nervioso, se podrían producir lesiones importantes. Además, es conveniente que coloques algún objeto blando (ropa, cojín, etc.) debajo de la cabeza del afectado para evitar que se golpee contra el suelo.



No abandones al afectado hasta la llegada de las personas capacitadas.



## 5. En caso de hipotermia o congelación



Avisa a las personas capacitadas y a los servicios sanitarios.



Traslada y ubica a la persona afectada en un lugar cálido y seco. Si la congelación está generalizada, eleva la temperatura del lugar progresivamente.

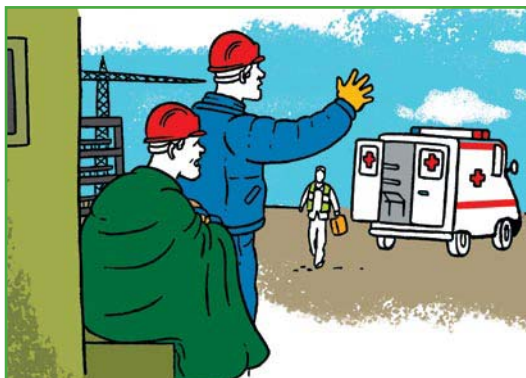


Si la persona afectada tiene la ropa humedecida, debes quitársela, secarle y abrigarle con mantas.



Si el afectado está consciente ofrécete líquidos calientes muy azucarados (té, café, caldo, etc.). Cuando haya entrado en calor, debes animarle a que haga ejercicio con los miembros afectados.

## AULA PERMANENTE



No abandones al afectado hasta la llegada de las personas capacitadas.