

# NORMAS DE ATENCIÓN EN CASO DE ACCIDENTE

UNA PERSONA DEBE DIRIGIR LA ORGANIZACIÓN DE LA ATENCIÓN Y MANTENER LA CALMA

## 1. **P**ROTEGER

- Proteger al accidentado y a quien le auxilia logrando un entorno seguro
- Ponerse todos los ciclistas el chaleco reflectante
- Despejar rápidamente si es posible la carretera para evitar más accidentes
- Si no es posible: señalar la zona y designar dos personas que den paso a los coches de forma alternativa para evitar aglomeraciones en el lugar del accidente

## 2. **A**VISAR

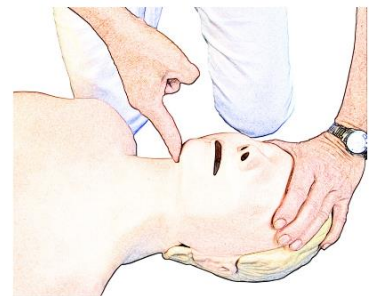
- El que organiza o quien él designe llamará al 112 indicando:
  - o Ubicación del accidente
  - o Informando del estado del o los heridos:
    - Si esta consciente o no
    - Si respira y tiene pulso
    - Si tiene dolor de cuello o espalda
    - Si tiene hemorragias
    - Si tiene dolor torácico o lumbar
    - Si tiene deformidades de brazos o piernas
    - Si la gravedad lo exige poner el móvil en manos libres y seguir las indicaciones del 112

## 3. **S**OCORRER AL HERIDO

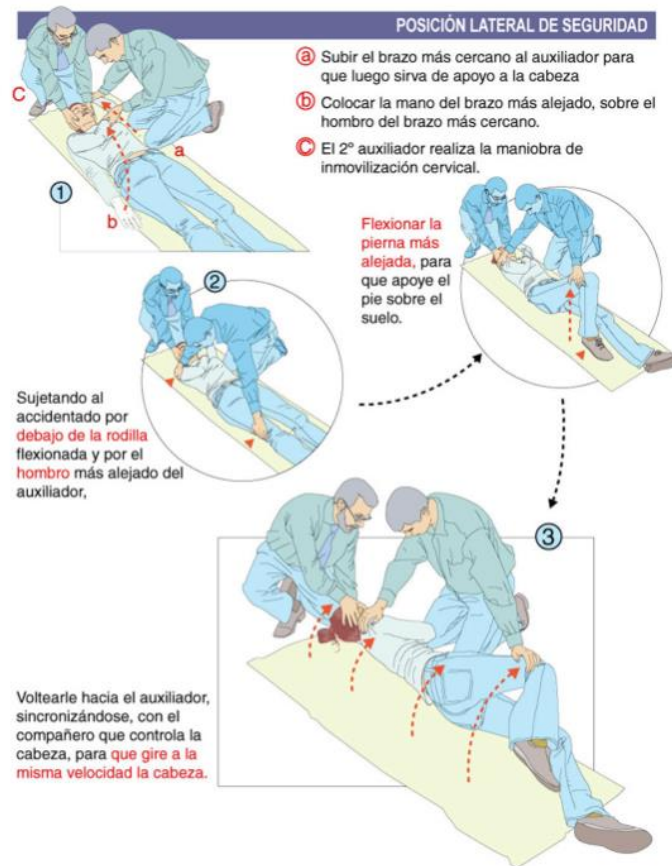
- Nunca quitarle el casco (con una lesión cervical puede ser mortal)
- No moverlo (si tiene una fractura vertebral se puede provocar una lesión medular)
- No darle nada de comer ni beber
- Ver si está consciente: llamarle dándole palmaditas en la cara
  
- **SI RESPONDE** y está consciente, vigilancia y valoración de la evaluación
- Si tiene una hemorragia evidente taponar con un paño limpio y comprimir fuerte
  
- **SI NO RESPONDE A ESTÍMULOS** y está inconsciente: ver si respira y tiene pulso
- Si no respira o la respiración es anormal abrir la vía aérea mediante la maniobra frente mentón:

### MANIOBRA FRENTE MENTÓN

- Con una mano se eleva la mandíbula
- Con la otra se inclina la frente ligeramente hacia atrás
- Esta maniobra eleva la lengua permitiendo el paso de aire a los pulmones
- **Hay que ser muy cuidadoso al realizar esta maniobra evitando realizar extensiones bruscas o excesivas de cuello.**



- **ÚNICAMENTE** si vomita o sangra por la boca poner en posición lateral de seguridad protegiendo el cuello y controlando continuamente la respiración



- Comprobar en no más de 10 segundos si respira. Si continua sin respirar **iniciar RCP básica**:
  - o Dar 30 compresiones torácicas a un ritmo de 100-120 por minuto
  - o Dar 2 ventilaciones de rescate
  - o Continuar RCP 30:2 hasta que llegue el 112

### DATOS A RECOGER

- Nombre del conductor
- Teléfono
- Marca, modelo y matrícula del vehículo implicado
- Entidad aseguradora del vehículo

### BIBLIOGRAFÍA

European Resuscitation Council Guidelines 2021

Guía clínica de soporte vital básico del adulto. Fistera 2021

Comportamiento y primeros auxilios en caso de accidente de tráfico. DGT 2020