

18. ¿SABRÍAS ACTUAR ANTE UN ACCIDENTE?

¡Lo primero es estar tranquilo!

¿Sabrías cómo actuar si te encuentras ante una situación que necesite de tu ayuda? Sobre todo: **mantén la calma y actúa con rapidez**. Avisa a algún adulto que tengas cerca y llámalo enseguida al 112. Este teléfono sirve para cualquier urgencia y es válido en toda Europa. Si no sabes lo que hacer ante un accidente, incendio, inundación, robo, rescate... **¡llama al 112!**

Seguro que en casa y en el colegio hay un **botiquín** con vendas, tiritas, esparadrapo, termómetro o desinfectante (por si ocurre algún accidente).

Vamos a darte una serie de **consejos** si tú, o alguien que está contigo, tiene...

Una herida: hay que **lavarse bien** las manos con agua y con jabón y después hacer lo mismo con la herida, es mejor que lo hagas con una gasita y no con algodón, ya que se puede quedar pegado a la herida.

Un golpe: si aparece un chichón ponle **hielo** rápidamente para que baje la inflamación, si hay mucho dolor o mareos llámalo al 112 y acudir a Urgencias.

Una intoxicación: los medicamentos no son chuches, sólo los puedes tomar si te lo ha dicho un médico o te lo dan tus padres. Igual pasa con los frascos y botes que hay, sobre todo, en la cocina. La mayoría son tóxicos: detergentes, lejías, amoníacos... **no juegues con ellos ni los abras**.

Si tú, o alguien que está contigo, ha bebido algo por error, avisad corriendo a un adulto, no provoquéis el vómito y llámalo en seguida al 112.

Una quemadura: lo más importante es echarle **agua fría**, durante 10-15 minutos, después cúbrelo con una gasa y vaselina.

En caso de incendio: avisa de inmediato a tus profes o a tus padres, ellos sabrán qué hacer. **No corras**, y procura andar a gatas si hay mucho humo. En caso de incendio no te montes en el ascensor.

En caso de insolación: hay que desnudarse y aplicar compresas de **agua fría** en la cabeza, beber agua fresca, no helada.

Recuerda: el mejor consejo para no sufrir accidentes es la prevención.