

# Actúa rápido y con calma

Guía rápida para adulto o docente

## 1 Agua



Enfría con agua  
20 min

## 2 Retira



Quita ropa u objetos  
si no están pegados

## 3 Cubre



Usa paño o  
venda limpia

## 4 Llama



Llama al 9-1-1 o  
busca ayuda médica

## Evita esto:

Hielo

Remedios  
caseros

Reventar  
ampollas

