

¿ CUÁNDO PEDIR AYUDA?

DEDES PREOCUPARTE CUANDO:

- La intensidad de los síntomas no disminuye pasadas 4-6 semanas.
- Las reacciones tienen una tendencia a aumentar y/o intensificarse.
- Detectas en tu comportamiento cambios importantes que afectan al trabajo y a la relación con tu familia y amigos..

*Si estás preocupad@, contacta con el
Responsable de Socorros y Emergencias.
Intentará ayudarte.*



RED CROSS RED CRESCENT

el *poder* de la humanidad



+ Cruz Roja Española

Oficina Central
C/ Rafael Villa S/N
28023 - El Plantío - Madrid

Teléfono de Información: 902-22.22.92

Fax: 91-335.44.55

internet: www.cruzroja.es

E-Mail: informa@cruzroja.es

+ Cruz Roja Española



**EL ESTRÉS DE LOS
INTERVINIENTES
EN EMERGENCIAS
Y CATÁSTROFES**



*CÓMO ME AFECTA Y
QUÉ PUEDO HACER*