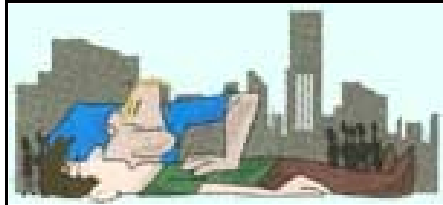


Dicas de Segurança IV



Noções Básicas de Primeiros Socorros

Ressuscitação Cardiopulmonar



Também conhecida como respiração boca a boca (aeração). Utilizada em casos de paradas respiratórias.

Procedimentos:

- a) Deite a vítima de costas e incline a cabeça dela para trás.
- b) Retire objetos (dentaduras, pontes móveis etc.) ou quaisquer corpos estranhos da boca ou da garganta da vítima.
- c) Feche bem as narinas da vítima e coloque sua boca, com firmeza, sobre a boca da vítima. Depois sopre até o peito dela se encher (aeração).
- d) Deixe o ar sair livremente.

Repita a operação 15 vezes por minuto.

Massagem Cardíaca



- 1) Coloque a vítima deitada de costas sobre uma superfície plana e dura.
- 2) Coloque suas mãos sobrepostas na metade inferior do esterno.
- 3) Faça pressão com vigor mantendo os braços esticados e usando o seu próprio peso para pressionar.

Repita a operação 60 vezes por minuto.

Obs.: Se tiver que fazer respiração e massagem ao mesmo tempo, para cada 15 pressões, faça duas aerações. Se o socorro for em dupla, para cada 5 pressões, faça uma aeração.

Hemorragia

Nos casos de hemorragia externa (sangramento) o que deve ser feito:

- a) Pressão direta sobre o ferimento.
- b) Curativo compressivo com gaze e atadura.
- c) Elevação do membro afetado.
- d) Pressão indireta (artéria próxima ao ferimento).
- e) Nos casos de amputação de membro e esmagamento, deve ser usado o torniquete.

A cada 10 ou 15 minutos, afrouxe o torniquete e anote a hora da aplicação.

Hemorragia Nasal

- Sente a vítima com a cabeça para trás e comprima as narinas por alguns minutos.

Se isto não der certo:

- Pegue um pedaço de pano limpo ou gaze, enrole, introduza dentro do nariz e comprima as narinas.

Estado de Choque

Sinais e sintomas:

- Palidez na pele e mucosas.
- As extremidades frias (pontas dos dedos).
- Tremores.
- Pulso rápido e fraco.
- Sensação de morte.
- Suores frios.
- Sede.
- Náuseas e vômitos.

Tratamento:

- Estanque a hemorragia externa.
- Eleve os membros inferiores e agasalhe a vítima.
- Transporte a vítima o mais rápido possível a um hospital.

Ferimentos Abdominais Abertos



- a) Mantenha onde estão os órgãos expostos.
- b) Caso saiam da cavidade abdominal não tente recolocá-los.
- c) Cubra com um pano limpo e úmido
- d) Prenda a compressa no lugar com uma atadura, cinto, etc.

A atadura deverá ser firme, mas não apertada.

Ferimentos Profundos no Tórax

- a) Coloque, sobre o ferimento, gaze, pano limpo, compressa ou a própria mão para impedir a entrada de ar através do ferimento (pneumotórax).
- b) Pressione com atadura, cinto ou uma faixa de pano em volta do tórax.
- c) Não aperte muito para não prejudicar os movimentos respiratórios.

Fraturas Fechadas



- a) Imobilize o membro (parte afetada) com telha, jornal velho, revistas ou tábuas.
- b) Evite mexer na área fraturada.
- c) Imobilize as articulações acima e abaixo da fratura.
- d) Transporte a vítima para um hospital.

Fraturas Expostas

- a) Coloque sobre o ferimento pano limpo, gaze ou compressa.
- b) Fixe o curativo no lugar.
- c) Caso haja hemorragia, é só seguir os procedimentos para estancá-la.
- d) Mantenha a vítima deitada, aplique talas para imobilizar conforme as fraturas expostas.
- e) Não desloque ou arraste a vítima e nem procure colocar o osso para dentro.

Queimaduras



- a) Se a vítima estiver em chamas, procure enrolá-la com um cobertor para apagar o fogo.
 - b) Mantenha o cobertor úmido.
 - c) Não ponha manteiga, creme dental ou outras substâncias gordurosas na área afetada.
 - d) Não fure as bolhas e evite tocar na área queimada.
 - e) Não puxe as vestes grudadas no corpo da vítima.
- f) Transporte-a para um hospital e mantenha sempre um cobertor ou um pano limpo e úmido sobre a queimadura.

Desmaio

- a) Arejar o ambiente.
- b) Desapertar as roupas da vítima.
- c) Deixar a vítima deitada e com as pernas elevadas.
- e) Evitar aglomeração no local.
- f) Cheirar o hálito da pessoa (pode ser embriaguez).
- g) Transportar para um hospital.

Procedimento com uma pessoa prestes a desmaiar:

- Sente a pessoa numa cadeira, curve-a para a frente com a cabeça entre as pernas, mais baixa que os joelhos e mande-a respirar profundamente.
- Se for preciso transporte-a para um hospital

Convulsões

- a) Coloque a vítima em lugar confortável, retire de perto objetos que possam machucar.
- b) Introduza um pedaço de pano ou lenço entre os dentes para evitar mordida na língua.
- c) Afrouxe as roupas
- d) Procure pulseiras, medalha ou outra identificação da causa da convulsão.
- e) Terminando a convulsão, mantenha a vítima deitada.
- f) Deixe-a dormir, caso queira. Transporte-a para um hospital.
- g) Limpe a baba.
- h) Não segure a vítima. Deixe-a debater-se.
- i) Não dê tapas.
- j) Não jogue água sobre a vítima
- l) Afaste os curiosos.

Importante: A epilepsia é uma doença do sistema nervoso central que se caracteriza por causar crises de convulsões (ataques) em sua forma mais grave. Epilepsia não é transmissível.

Fonte: <http://www.seguranca.ce.gov.br/cuidados.jsp>