

Primeiros socorros

Situação 1

Avaliação da vítima

É importante saber avaliar o acidentado. Saiba o que fazer no primeiro momento:

Se apresente e procure acalmá-lo

Verifique o nível de consciência da pessoa. Procure saber se sabe onde está, qual o dia da semana

Pergunte o que a pessoa está sentindo

Após as respostas:

Veja se as vias aéreas estão liberadas, eleve o queixo e tracione a mandíbula do acidentado.

Se não houver respiração, verifique se não há nada obstruindo as vias aéreas. Caso a pessoa siga sem respiração, inicie a respiração artificial.

Caso não haja circulação, faça a RCP (reanimação cardio pulmonar)

Situação 2

Desmaio

Ameaça de desmaio

O que fazer?

1 - Sente a pessoa em uma cadeira. Seu corpo deve ficar curvado para a frente e a cabeça entre as pernas

2 - Permanecer na posição por alguns minutos, respirando profundamente

Após desmaio

O que fazer?

Deite a pessoa de costas, com a cabeça no mesmo nível do corpo ou mais baixa, preferencialmente.

1 - Se possível, deixar as pernas um pouco levantadas

2 - Tirar algo que possa estar apertando, como cintos, botões, etc

3 - Verifique a respiração e a pulsação e mantenha a pessoa em um local arejado

4 - Se em dois minutos a pessoa não acordar, agasalhe-a e procure atendimento médico urgente

Situação 3

Engasgamento

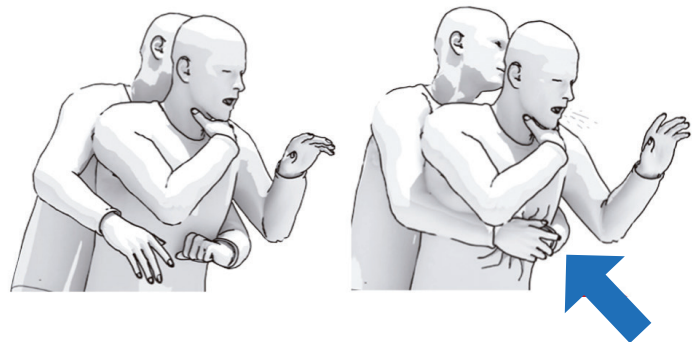
Essa situação acontece devido à obstrução das vias aéreas, seja pela língua, alimentos ou outros objetos

O que fazer?

1 - Quando a pessoa ainda consegue respirar, a estimule a tossir

2 - Caso a pessoa não consiga tossir ou não consiga respirar, realize a manobra de Heimlich

3 - Fique atrás da pessoa. Coloque uma das mãos fechadas com o polegar para baixo, na região entre a boca do estômago e do umbigo



4 - Posicione a outra mão por cima e execute compressões para dentro e para cima, em um movimento para forçar o pulmão a expelir o que estiver bloqueando as vias aéreas

5 - Faça a manobra até que a pessoa desengasgue

6 - Caso a pessoa desmaie, faça massagem cardíaca

7 - Se isso não adiantar, chame os bombeiros

Situação 4

Parada respiratória

Acontece quando a pessoa para de respirar – pode acontecer por diversos motivos

O que fazer?

1 - Chame socorro

2 - Veja se não há nada tampando a garganta ou o nariz

3 - Deite a pessoa com as costas em uma superfície lisa, deixando os braços estendidos ao lado do corpo

4 - Feche as narinas da vítima usando polegar e indicador

- 5 - Faça duas ventilações, encostando a sua boca na da vítima, deixando que o ar saia naturalmente
- 6 - Verifique se há pulso na carótida (pescoço)
- 7 - Continue ventilando a cada cinco segundos e verificando o pulso a cada um minuto
- 8 - Não parar a ventilação

Caso a vítima seja uma criança, a boca do socorrista deve cobrir também o nariz, e o procedimento pode ser feito de maneira mais suave. Quando se tratar de crianças, a ventilação deve ser feita a cada 4 segundos, e, em bebês, a cada 5 segundos

Situação 5

Queimaduras

O que fazer?

- 1 - Lave o local queimado apenas com água em temperatura ambiente
- 2 - Não mexa nos ferimentos, seja para estourar bolhas, colocar ou remover tecidos ou passar pasta de dente, café, etc.
- 3 - Apenas soro fisiológico pode ser usado no local, para hidratar
- 4 - Procure auxílio médico imediato



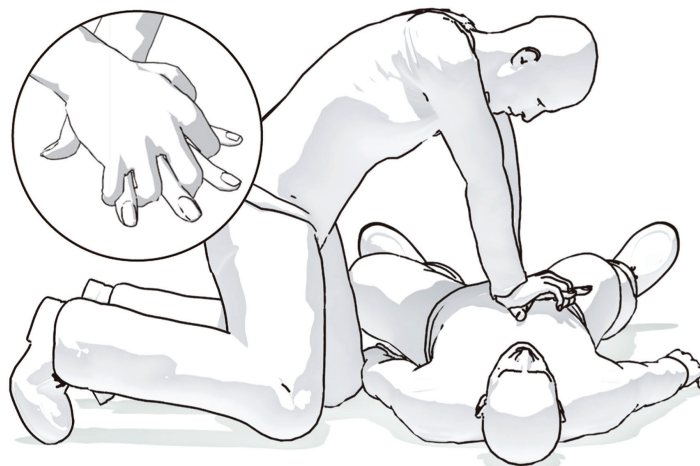
Situação 6

RCP - Reanimação Cardiopulmonar

Interrupção dos movimentos cardíacos

O que fazer?

- 1 - Chame socorro
- 2 - Desobstruir as vias aéreas
- 3 - Se a pessoa estiver sem respirar, deite-a com as costas no chão, em uma superfície rígida
- 4 - De joelhos, ao lado da vítima, na altura de seus ombros, identifique o centro do tórax, entre os mamilos
- 5 - Com os braços estendidos e uma mão sobre a outra, com os dedos entrelaçados, apóie seu corpo no ponto central do tórax, iniciando as compressões torácicas



- 6 - Entre um movimento e outro, o tórax deve sempre retornar ao seu tamanho original
- 7 - Faça as compressões pelo menos 100 vezes por minuto
- 8 - Não interrompa a RCP até a chegada do socorro

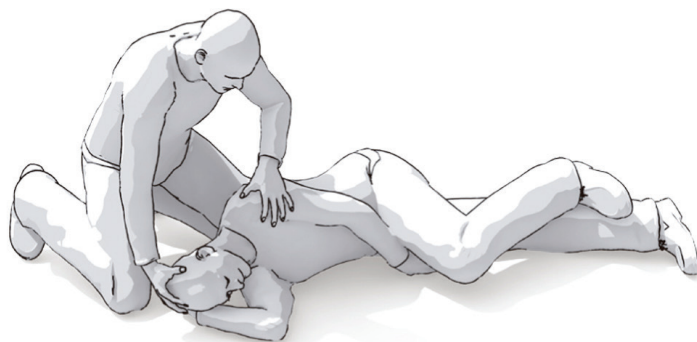
Situação 7

Convulsões

É uma alteração das funções cerebrais, que resultam em movimentação involuntária e desordenada, geralmente com perda de consciência

O que fazer?

- 1 - Chame socorro
- 2 - Afaste objetos próximos que possa machucar a pessoa – sejam coisas que estejam ao redor ou óculos, bolsas, etc.
- 3 - Deite-a de lado, a perna de baixo fica esticada, e a de cima, flexionada, com o braço esticado por baixo



- 4 - Não ponha a mão na boca da pessoa
- 5 - Tente manter liberadas as vias aéreas
- 6 - Após a crise, procurar por ajuda médica

Fontes: Sargento Brasil, do Corpo de Bombeiros do Estado de São Paulo, Deva ir Prates, diretor do Projeto Prates, Pedro Cunha, Capitão do Corpo de Bombeiros do Estado de São Paulo, Nilton Saviato, José Elias de Godoy, da Suat. Imagens cedidas pelo Corpo de Bombeiros do Estado de São Paulo