

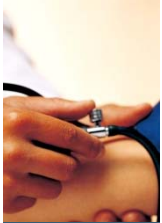
6 Janeiro 2011



# Primeiros socorros como actuar?...



Ana Carla Coelho



# Conteúdos

- ✓ Quedas -Traumatismos  
- Feridas
- ✓ Intoxicações
- ✓ Alterações da consciência
- ✓ Queimaduras
- ✓ Obstrução por corpos estranhos

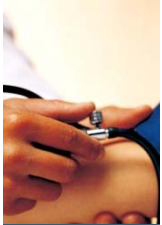
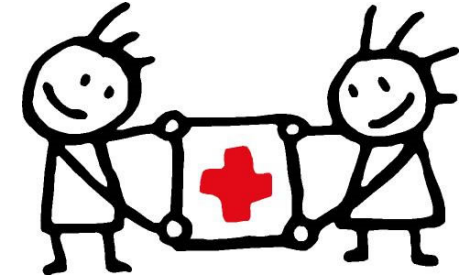




# Primeiros socorros



São a primeira ajuda



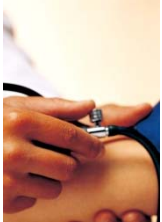
**P**revenir

**A**lertar

**S**ocorrer

Pode envolver o improviso de material e/ou procedimentos





# Actuação do Socorrista

---

- Observação da situação
- Estabelecer prioridades
- Acesso rápido á mala
- Protecção individual (Luvas)
- Protecção da vitima
- Pedir Ajuda (se necessário)

**Ligar**  
**112**



## Feridas

- **Ligeiras/Simples:**  
lavar com água corrente  
Fazer compressão  
Tapar se necessário



- **Extensa/Profunda:**  
Deitar  
Limpeza suave e rápida  
Penso compressivo  
Imobilização da zona  
Seguir para Serviço de Saúde

Algodão → NÃO



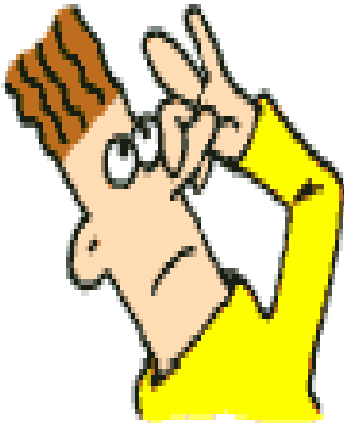
# Hemorragias

- **Venosa**

Sangue escuro que escorre

Fazer penso compressivo sobre a ferida ou abaixo

ex. epistaxis (hemorragia nasal)



***Usar esponja gelatinosa Hemostática***



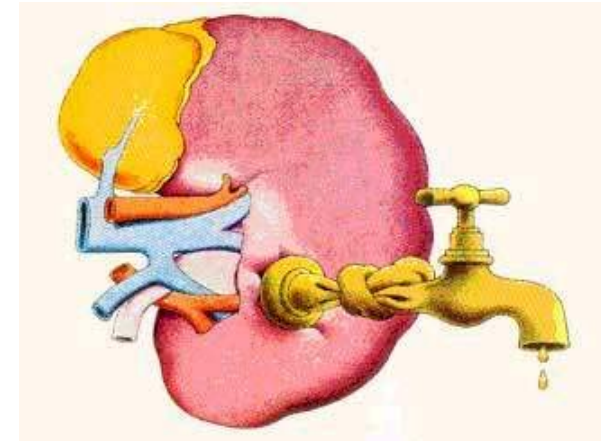
# Hemorragias

- **Arterial**

Sangue vivo que espirra em jacto

**Lesão grave**

- ✓ Deitar em dorsal
- ✓ Colocar lesão acima do coração
- ✓ Fazer compressão acima da ferida
- ✓ Encaminhar para Serviço de Saúde



## Traumatismos

### Contusão

Lesão orgânica sem ferida

- Promover o conforto
- Aplicar gelo
- Vigiar a evolução





## Traumatismos

### Entorse

Movimento que ultrapassa o limite fisiológico.  
Envolve músculo e ligamentos

**Lesão dolorosa**

- Promover o conforto
- Aplicar gelo
- Seguir para Serviço de Saúde



## Traumatismos

### Fracturas

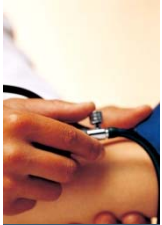
Solução continuidade do osso

**Lesão dolorosa com incapacidade funcional**

### Interna

### Externa/Exposta

- Promover conforto sem mobilizar
- Seguir para Serviço de Saúde
- Se exposta: (ver feridas)





# Intoxicações

Voluntária ou Involuntária

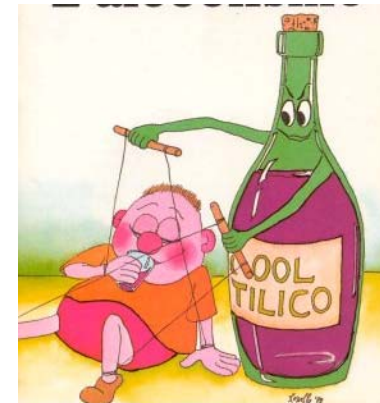
**Agente:**

Químico, tóxico, fármaco, droga, álcool, etc.



*Situação potencialmente grave*

Com ou Sem perda de consciência





# Intoxicações

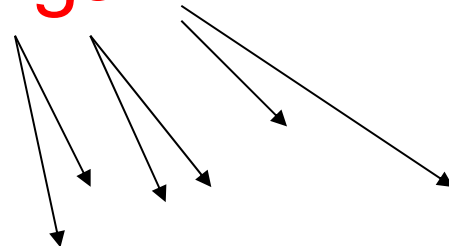


- Identificar o produto
- Quantidade ingerida
- Hora da ingestão



- Vigiar consciência
- Não provocar vômito
- Seguir apenas as instruções recebidas

**Ligar**



**Intoxicações  
Envenenamentos**

**Ligue  
808 250 143**



# Queimaduras

Lesões produzidas por excesso de calor, frio ou carga sobre a pele



- **1ºGrau** epiderme avermelhada com calor e dor
- **2ºGrau** = + flictenas. Atinge a derme. Muito dolorosa
- **3ºGrau** = + destruição de tecidos. Menos dor. Risco de Choque



# Queimaduras



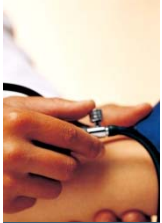
## *Queimadura simples* *1ºGrau*

- Arrefecer com água corrente a área até acalmar a dor.
- Promover analgesia
- Aplicar creme gordo
- Nunca aplicar gelo

## *Queimadura + flictenas* *2ºGrau*

- = +
- Não puxar a roupa
- Não rebentar flictenas
- Lesão pequena → Creme Gordo
- Incentivar ingestão de líquidos
- Se lesão extensa enviar ao Serviço Saúde





# Queimaduras

## *Queimadura profunda 3ºGrau*

- = restantes +
- Envolver á área em pano lavado humedecido
- Promover conforto
- Promover aquecimento
- Seguir para Serviço de Saúde



## Choque Eléctrico

- Cortar a corrente eléctrica
- **Em circunstancia alguma tocar na vitima antes de desligar a electricidade**
- Prevenir a queda/Promover o conforto
- Vigiar respiração e estado de consciência
- Seguir para serviço de Saúde







# Asfixia



Quando um corpo estranho penetra na traqueia em vez de passar para o esófago.



Provoca:

Cianose e arrefecimento das extremidades

Dificuldade respiratória

**Situação potencialmente grave**



# Asfixia

## Obstrução por Líquido

- Deitar em PLS
- Vigiar estado consciência
- Dar palmadas secas nas costas
- Se alterações → Seguir para serviço de Saúde



## Obstrução por Sólido

- Tentar retirar o objecto
- Dar palmadas secas nas costas
- Aplicar a manobra de Heimlich

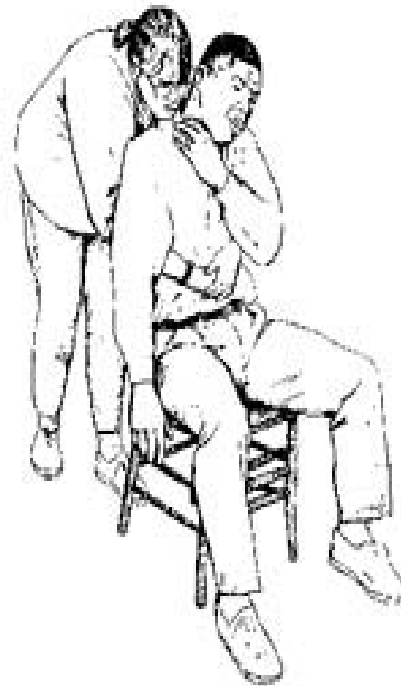


### *Depois da desobstrução*

- Vigiar estado consciência
- Vigiar coloração e temperatura
- Se alterações seguir para serviço de Saúde



# Manobra de Heimlich Adulto



# Alterações da Consciência

---



# Desmaio / lipotímia

- Diminuição da circulação e oxigenação cerebral



## Sinais/sintomas:

- Palidez, pulso rápido, suor, perda de sentidos

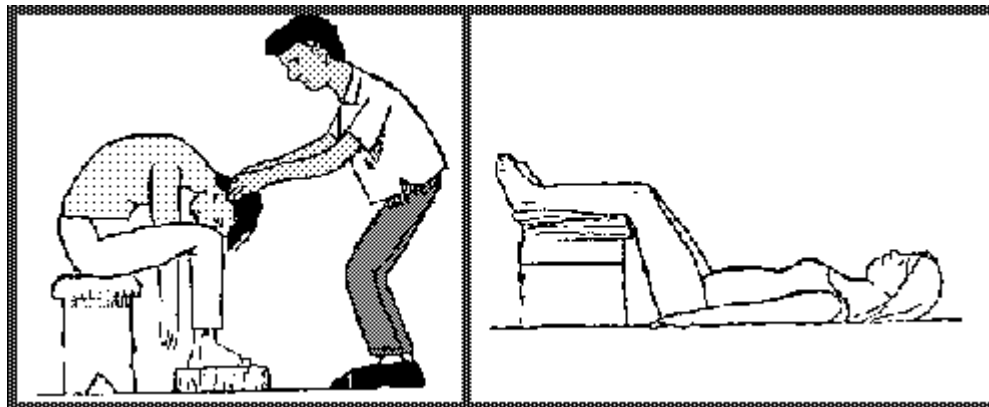




# Desmaio



- **Arejar ambiente e aliviar a roupa**
- **Elevar membros inferiores**
- **Colocar em PLS**
- **Humedecer as faces e dar a cheirar odores fortes**
- **Promover o repouso e vigiar a consciência**
- **Tentar perceber a causa e frequência**



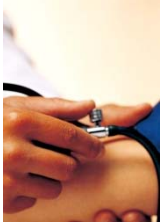
# Convulsão

- **Distúrbio cerebral que pode ocasionar contracções musculares involuntárias e perda de consciência**



## Sinais/sintomas:

**Agitação, espasmos, hiper salivação, perda de sentidos, relaxamento esfíncteres**





# Convulsão

## Durante a crise:

- Proteger ambiente
- Proteger corpo da vitima
- Lateralidade a cabeça
- Não trancar a língua
- Não segurar o corpo
- Aliviar as roupas
- Arejar ambiente
- Limpar saliva



# Convulsão

## Após a crise:

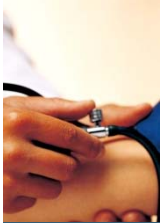
- Promover o repouso
- Vigiar consciência
- Tentar perceber causa a frequência





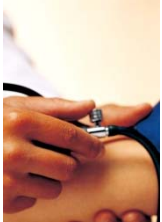
Alterações da percepção

# Perturbações de Pânico



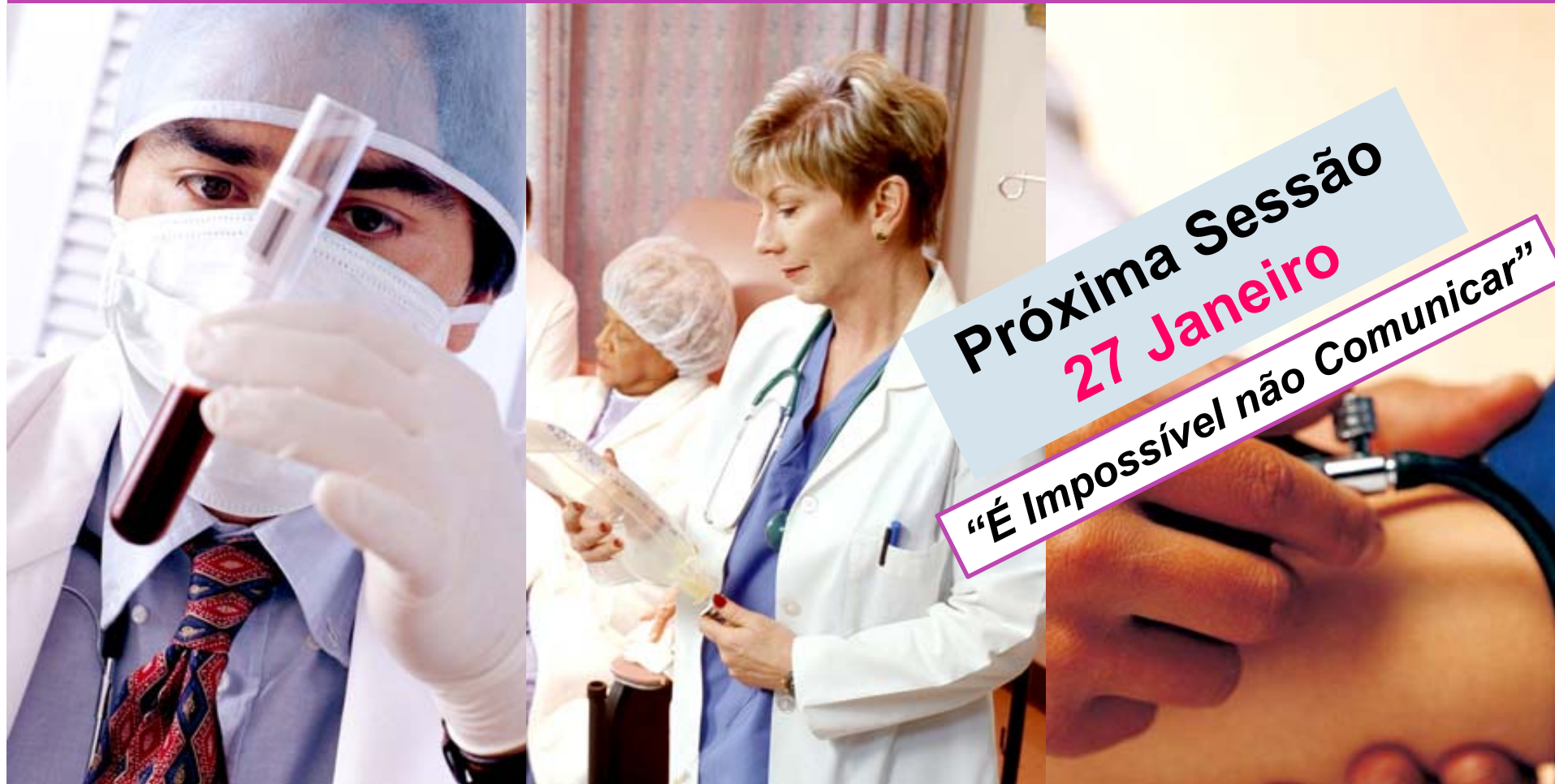
- Proteger o ambiente (mirones, bocas...)
- Não forçar a pessoa a justificar-se
- Mostrar disponibilidade
- Proporcionar ajuda técnica
- Respeitar as opções
- Tentar perceber a frequência
- Não a perder de vista





# Mala Primeiros Socorros





**Próxima Sessão**  
**27 Janeiro**

**“É Impossível não Comunicar”**

**Obrigada**

**Cantinhodocuidador@gmail.com**  
**266760010**