
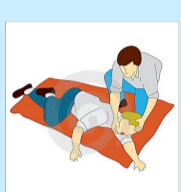








COMO SOCORRER

Sempre que há um acidente, existe uma série de passos que podem ser dados, no sentido de MELHORAR e / ou de NÃO AGRAVAR o estado de saúde da vítima.

Patologia	O que deve fazer	O que NÃO deve fazer	
Estado de Choque A vítima apresenta pulso rápido, respiração acelerada e superficial, suores frios, frio e palidez.	Desapertar a roupa; Acalmá-la a vítima, conversando com ela; Levantar as pernas a cerca de 30 cm do chão; Agasalhar a vítima, tapando-a com um agasalho.	Dar de beber à vítima.	
Inconsciente A vítima não reage a estímulos verbais nem físicos.	Transportar a vítima para um lugar arejado; Desapertar a roupa; Deitá-la na posição lateral de segurança (vítima deitada de bruços, com a cabeça virada para o lado direito; braço direito flectido servindo de apoio à cabeça; perna direita flectida e apoiada na perna esquerda).	Dar de beber à vítima.	
Amputação A vítima apresenta um membro ou parte dele totalmente separado do resto do corpo.	Guardar o membro num saco de plástico limpo e fechá-lo; Colocar esse saco dentro de outro com gelo e sal e fechá-lo também; Transportar a vítima rapidamente para o Hospital, juntamente com o saco que contém o membro.	Desfazer-se do membro amputado; Não enviar o membro juntamente com a vítima para o hospital.	
Envenenamento por via oral A vítima ingeriu produto venenoso.	Se ingeriu um PRODUTO NÃO CORROSSIVO: Provocar-lhe o vômito, dando a beber água morna com muito sal, por exemplo; Se ingeriu um PRODUTO CORROSSIVO ou DERIVADO DE PETRÓLEO: Dar-lhe a beber leite frio.	Se a vítima ingeriu um PRODUTO CORROSSIVO ou DERIVADO DE PETRÓLEO, NUNCA deve provocar o vômito.	
Envenenamento por via respiratória A vítima sente tonturas, está eufórica (intoxicação por monóxido de carbono), sente-se desfalecer (intoxicação com gás butano).	Levá-la para um local arejado, tendo o cuidado de não respirar o ar contaminado; Deixar a vítima em repouso; Aguardar socorro de um profissional.	Entrar no local contaminado sem protecção respiratória; Se o gás for inflamável, não mexer em interruptores.	
Fracturas A vítima apresenta dor localizada, mobilidade anormal, incapacidade em fazer alguns movimentos ou hemorragia (fractura exposta).	O menor número possível de movimentos à vítima; Instalá-la confortavelmente; Cortar a roupa, se necessário; Imobilizar a articulação; Se a fractura for exposta, colocar uma compressa.	Pegar na vítima.	
Hemorragia A vítima apresenta uma ferida de onde jorra sangue vivo.	Elevar a parte do corpo que sangra; Estancar a hemorragia, colocando um pano limpo e comprido sobre a ferida. Se o pano ficar ensopado, colocar outro por cima; Proteger a zona com uma ligadura, sem apertar.	Garrote, caso não seja socorrista, e só em caso extremo; Aplicar ligaduras apertadas.	
Queimadura A vítima apresenta pele vermelha, quente e seca (queimadura de 1º grau) e bolhas com líquido claro (queimadura de 2º grau), destruição profunda dos tecidos (queimadura de 3º grau).	Queimaduras de 1º e 2º grau - imergir a zona afectada em água fria até que a vítima não sinta dor; aplicar uma pomada hidratante, tendo o cuidado de não rebentar as bolhas; Queimaduras de 3º grau - aplicar uma compressa na zona afectada e transportar a vítima imediatamente ao hospital	Rebentar as bolhas.	

Conteúdo mínimo de uma mala / caixa / armário de primeiros socorros

Compressas de diferentes dimensões;
 Pensos rápidos;
 Rolo adesivo;
 Ligadura não elástica;
 Solução anti-séptica (uni dose);

Álcool etílico 70% (uni dose);
 Soro fisiológico; (uni dose);
 Tesoura de pontas rombas;
 Pinça;
 Luvas descartáveis em látex.



Alerta-se ainda que, para além do conteúdo anteriormente referido, seria desejável que os locais de trabalho dispusessem de uma manta térmica e de um saco térmico para gelo.