

CONTEÚDO DA CAIXA DE PRIMEIROS SOCORROS

- Compressas de diferentes dimensões;
- Pensos rápidos e Rolo adesivo;
- Ligadura não elástica;
- Solução anti-séptica (unidose);
- Álcool etílico 70% (unidose);
- Soro fisiológico (unidose);
- Tesoura de pontas rombas e Pinça;
- Luvas descartáveis em latex;
- Pomada para queimaduras.

O conteúdo da caixa de primeiros socorros deve ser mantido em condições de assepsia, convenientemente conservado, etiquetado e dentro dos prazos de validade.



PRINCÍPIOS GERAIS DO SOCORRISMO

PREVENIR

ALERTAR

SOCORRER

PREVENIR

Afastar o perigo do acidentado ou o acidentado do perigo.

ALERTAR

Contactar o atendimento de emergência informando o tipo de acidente, o local, o número de vítimas e o seu estado.

SOCORRER

Após as avaliações.

TELEFONES ÚTEIS

112

Nº EMERGÊNCIA

800 250 250

CIAV - CENTRO DE INFORMAÇÃO ANTIVENENOS

808 24 24 24

SAÚDE 24



FARM
EXTINTORES

**PRIMEIROS
SOCORROS**

COMO ATUAR EM CASO DE EMERGÊNCIA

AVALIAR A SITUAÇÃO

- Face a um acidente, o socorrista deve observar com rapidez e calma o que se passa, assim como identificar os possíveis perigos.

PROTEGER O LOCAL DO ACONTECIMENTO

- As condições de perigo que originaram o acidente podem persistir. Portanto, há que proteger os feridos e agir sem correr riscos pessoais.

PEDIR AJUDA

- Se possível, permaneça com os acidentados e mande alguém pedir ajuda especializada pelo telefone mais próximo.

SOCORRER AS VÍTIMAS

- Faça uma avaliação global rápida do estado de cada ferido, para determinar o alcance das lesões e adotar sem demora as medidas de socorro necessárias.

FAZER UM EXAME PRIMÁRIO À VÍTIMA

Só quando a vítima está a salvo é que se deve efetuar uma avaliação inicial do seu estado físico. Esta manobra permite identificar os transtornos que podem ameaçar a sua vida. O socorrista tem de realizar estes testes e atuar em consequência.

ESTADO DE CONSCIÊNCIA

Se a vítima não responde ao falar-lhe, pode estar inconsciente. Identifique o estado de consciência da vítima: Acordado; Reage à voz, Reage à dor; Não têm reação.

RESPIRAÇÃO

As vias respiratórias de uma pessoa inconsciente podem estar obstruídas.

CIRCULAÇÃO SANGUÍNEA

Se o coração bate deverá medir a pulsação no pescoço.

HEMORRAGIAS

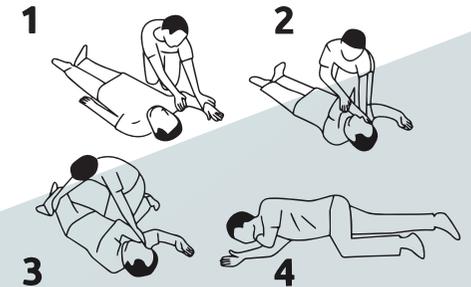
A perda grave de sangue afeta os órgãos vitais e causa abalo físico.

FAZER UM CURATIVO

Colocar as luvas contidas na caixa de primeiros socorros. Limpar bem a parte ferida com soro fisiológico e nunca com álcool ou água oxigenada. Se houver "um corpo estranho" (farpas, pedaços de madeira ou qualquer outro semelhante) use uma pinça para remover, se puder fazê-lo com facilidade. Após a limpeza seque a parte ferida com solução antisséptica. Em caso de pequenos ferimentos coloque pensos rápidos, e em ferimentos maiores utilize ligaduras ou gazes.

POSIÇÃO LATERAL DE SEGURANÇA

Exceto nos casos de suspeita de fratura da coluna vertebral ou do pescoço, vire o corpo da vítima (lado esquerdo) inconsciente, mas ainda a respirar, para a posição lateral de segurança, o que impedirá que o sangue, saliva ou a língua obstruam as vias respiratórias.



INFORMAÇÕES A DAR AO TELEFONE DE EMERGÊNCIA (112)

Deve informar, de forma simples e clara:

- A localização exata e, sempre que possível, pontos de referência;
- O tipo de situação (doença, acidente, etc.);
- O número de telefone do qual está a ligar;
- A gravidade aparente da situação;
- O número, o sexo e a idade aparente das pessoas a necessitar de socorro;
- As queixas principais e as alterações que observa;
- A existência de qualquer situação que exija outros meios para o local, por exemplo, libertação de gases, perigo de incêndio, etc.

As chamadas são atendidas por pessoal qualificado que trabalha para o ajudar. Siga as instruções indicadas pelos serviços de emergência médica.

Desligue o telefone apenas quando o operador indicar!