

DICAS DE

PRIMEIROS SOCORROS

guia instrutivo e informativo

No trânsito, escolha a vida.

Ações iniciais e essências

- 1º- Sinalize o local;
- 2º- Verificar a condição das vítimas;
- 3º- Chamar ajuda especializada;
- 4º- Procurar auxílio;
- 5º- Afastar curiosos;
- 6º- Considerar declarações de testemunhas;
- 7º- Avaliar se é necessário alguma intervenção de emergência.

Hemorragia

Externa:

- Manter a vítima aquecida.
- Pressionar diretamente o ferimento (pano limpo e não apertar muito).
- Verificar a perfusão (ferimento).
- Elevar membro lesado acima do nível do coração para diminuir o sangramento.
- comprimir pontos arteriais próximos do local atingindo quando as outras técnicas não resolverem.

Interna:

- Deitar a vítima com a cabeça mais baixa que o corpo (exceto em suspeita de traumatismo craniano ou fraturas de membros inferiores)
- Afrouxar a roupa da vítima, com cuidado para mantê-la aquecida
- Virar a cabeça da vítima em caso de vômito
- Verificar a respiração e pulsação de cada minuto
- Impedir que a vítima se mova, coma, beba ou fume

SERVIÇOS DE EMERGÊNCIA

Número

Bombeiros - 193

SAMU - 192

Detran/DF - 190 ou 911

DER/DF - 190 ou 911

PM - 190 ou 911

PRF - 191

Concessionária da via -
número próprio

INTERVENÇÃO DE EMERGÊNCIA

Uma das primeiras coisas a serem averiguadas é os **Sinais vitais**, como respiração, batimentos cardíacos, temperatura e pressão arterial, ao depender da situação o socorro deve ser imediato

Parada cardiopulmonar:

- Coloque a vítima de barriga para cima.
- Fique de joelho ao lado dela na altura dos ombros.
- Ponha duas mãos sobrepostas na parte central do peito em adultos, em crianças uma mão e em bebês dois dedos .
- Com os braços estendidos, pressione o osso externo e comprima cerca de 5cm em adultos e crianças de 1 à 14 anos , com idade abaixo disso apenas 4cm.
- Ventilações devem ser executadas apenas por socorristas.

Estado de choque

- Deitar a vítima e manter as pernas elevadas, exceto se houver suspeita de lesão na cabeça, coluna ou fratura nos membros inferiores.
- Afrouxar as roupas.
- Impedir perda de calor corporal, colocando cobertas sobre o paciente.
- Verificar a respiração e a pulsação,
- Umedecer lábios com água se a vítima se queixar de sede.
- Cuidar da causa do choque que seja possível: sangramento, fratura, queimadura.

Fratura

- Manter a vítima imóvel.
- imobilizar a parte fraturada com talas ou outro apoio de forma que alcance uma articulação acima e outra abaixo da lesão
- Amarrar as talas com ataduras ou tiras de pano
- Fazer um curativo com gaze ou pano limpo (caso haja ferimento)
- Verificar a fluidez sanguínea do local (ferimento)