

JOB AID

**FIRST
AID MEDICAL EMERGENCIES
COMBINED (PORTUGUESE)**

Primeiros Socorros Emergências Médicas: Mal Súbito

Desmaio

Quando alguém desmaia

1. Verifique se há sinais de lesões na cabeça, pescoço ou costas
2. Se não houver sinais dessa lesão, posicione a vítima de costas e eleve as pernas de 20 a 30 centímetros (8 a 12 polegadas)
3. Solte qualquer roupa apertada, como um cinto, gravata ou colar
4. Verifique se a vítima está respirando Esteja preparado a fazer CPR
5. Ligue para o telefone do serviço de emergência local

Convulsões

Se você ver alguém que esteja tendo uma convulsão:

- NÃO segure ou contenha a pessoa ou coloque qualquer coisa entre os dentes da vítima
- Afaste todos os objetos do caminho para evitar ferimentos adicionais
- Se a vítima não estiver respirando, não tente executar medidas de salvamento até que a convulsão tenha parado
- Ligue para o telefone do serviço de emergência local

Emergências Diabéticas

Sintomas	Tratamento
<ul style="list-style-type: none">• Sensação nervosa• Confusão• Arritmia• Visão embaçada• Tremor nas mãos e nos braços• Diminuição da coordenação muscular• Convulsões• Coma	<ul style="list-style-type: none">• Dê à vítima algo doce para comer ou beber, como suco ou produtos de gel de glicose• Ligue para o telefone do serviço de emergência local• Esteja preparado a fazer CPR

Cetoacidose diabética (DKA)

Sintomas	Tratamento
<ul style="list-style-type: none">• Náusea• Vômitos• Dores abdominais• Respiração rápida• Odor de frutas na respiração da pessoa	<ul style="list-style-type: none">• Ligue para o telefone do serviço de emergência local

- A vítima pode parecer estar intoxicada

Reação alérgica grave

Sintomas	Tratamento
<ul style="list-style-type: none"> • Sensações de queimação • Perda da voz • Coceira • Urticária • Inchaço grave (especialmente dos lábios, língua e boca) • Dificuldade para respirar 	<ul style="list-style-type: none"> • Auxiliar a vítima com qualquer medicação que esteja levando consigo, tais como a epinefrina auto injetável • Ligue para o telefone do serviço de emergência local <p>Observe que as pessoas com alergias graves podem usar braceletes médicos.</p>

Este material de apoio tem por objetivo fornecer informações suplementares associadas ao material didático da UL. © PROTEGIDO POR DIREITO AUTURAL da Underwriters Laboratories, Inc. Todos os direitos reservados.

Ataque cardíaco

Sintomas	Tratamento
<ul style="list-style-type: none"> • Dor no peito ou desconforto • Desconforto ou dor em um ou ambos os braços, costas, pescoço, mandíbula ou estômago • Falta de ar • Sudorese • Náusea • Tonturas <p>Observação: As mulheres estão mais propensas do que os homens a sentir falta de ar, náuseas ou vômitos e dor nas costas ou mandíbula.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Peça à vítima para parar qualquer atividade e descansar • Ligue para o telefone do serviço de emergência local • Muitas vítimas acham mais fácil respirar enquanto estão sentadas • Ajude a vítima ao fornecer a medicação para a asma, se disponível • Monitore o estado da vítima enquanto estiver aguardando os serviços médicos de emergência • Esteja preparado para fazer CPR ou usar um desfibrilador externo automatizado (AED)

Asma

Se alguém apresentar sinais de um ataque de asma:

- Colocar a vítima em uma posição confortável (geralmente é mais fácil respirar quando estiver ereto)
- Ajude a vítima ao fornecer a medicação para a asma, se disponível

- Ligue para o telefone do serviço de emergência local
- Monitorar a condição da vítima até a chegada do pessoal médico.

Derrame

Sintomas	Tratamento
<ul style="list-style-type: none"> • Fraqueza ou paralisia de um lado do corpo • Perda de expressão facial e boca torta para um lado • Visão dupla, gagueira e dor de cabeça severa • Dificuldade em falar e compreender o que dizem • Pupilas desiguais, náuseas e vômitos 	<ul style="list-style-type: none"> • Ligue para o telefone do serviço de emergência local • Ajude a vítima a descansar confortavelmente; Proporcione tranquilidade • Esteja preparado a fazer CPR • NÃO dê nada para comer ou beber • Coloque a vítima virada de lado se a pessoa estiver babando ou com dificuldade para engolir

Este material de apoio tem por objetivo fornecer informações suplementares associadas ao material didático da UL. © PROTEGIDO POR DIREITO AUTURAL da Underwriters Laboratories, Inc. Todos os direitos reservados.

Primeiros Socorros Emergências Médicas: Envenenamento

Sintomas

Os sintomas do envenenamento incluem:

- Náusea • Vômitos • Diarreia
- Problemas para respirar
- Convulsões
- Dores abdominais ou no peito
- Mudanças na percepção

Tratamento para a Ingestão de venenos

Se houver indícios de que alguém ingeriu uma substância venenosa:

- Se a vítima estiver consciente, pergunte o que foi ingerido
- Procure por qualquer tipo de recipiente e leve-os consigo para o telefone
- Entre em contato com o Centro de Controle de Envenenamento ou o número de emergência local
- Monitore a circulação e a respiração da vítima
- Esteja preparado a fazer CPR
- Siga quaisquer procedimentos de primeiros socorros localizados na Folha de Dados de Segurança (SDS) referente ao material

NUNCA use xarope de ipecac ou induza o vômito antes de chamar Centro de Controle de Envenenamento!

Para ver se existe um Centro de Controle de Envenenamento na sua região, acesse a página web da [Organização Mundial de Saúde](http://www.who.int).

Tratamento para a inalação de venenos

Lembre-se que alguns contaminantes tóxicos do ar são invisíveis e inodoros, como o monóxido de carbono. Se houver indícios de que alguém tenha inalado uma substância venenosa:

- Remova a vítima e coloque-a no ar livre imediatamente
- Evite se tornar uma vítima
 - Somente aqueles **treinados em entrada em espaço confinado** com **autorização médica poderão realizar trabalhos** de resgate no espaço
 - Nunca entre num ambiente tóxico ou confinado sem proteção respiratória adequada ou equipamento de oxigênio autônomo e equipamento de **proteção pessoal (PPE)** adequado

Tratamento para venenos tóxicos

Se alguém entrar em contato com **seiva ou o suco de plantas venenosas**, instrua a pessoa a:

- Remover a roupa exposta
- Lavar bem a área exposta com água e sabão

Se alguém tiver contato com **produtos químicos**:

- Ajude a pessoa a chegar ao chuveiro de emergência o mais rápido possível
- Instrua-os a permanecerem vestidos no chuveiro com água corrente pelo menos por 15 minutos
- Ligue para o telefone do serviço de emergência local

Este material de apoio tem por objetivo fornecer informações suplementares associadas ao material didático da UL. © PROTEGIDO POR DIREITO AUTURAL da Underwriters Laboratories, Inc. Todos os direitos reservados.

Primeiros Socorros Emergências Médicas: Picadas e mordidas

Picadas

Os sintomas são leves e geralmente desaparecem dentro de um dia ou dois. Podem incluir:

- Coceira • Picada
- Reações retardadas ou graves
- Inchaço leve

Lembre-se, **reações graves a picadas podem ocorrer rapidamente!**

Tratamento

Para tratar uma picada:

- Desloque a pessoa para uma área segura para evitar mais picadas
- Peça a alguém que fique com a vítima para garantir que ele/a não terá uma reação alérgica
- Remova o ferrão raspando a área com a unha ou com um cartão de crédito.
- Lave o local com sabão e cubra-o para mantê-lo limpo.
- Aplique uma embalagem fria e continue a observar os sinais de reação alérgica
- Ligue para o número de emergência local se a vítima tiver náuseas, câimbras, vômitos ou apresentar dificuldades para respirar

Mordidas de cachorros

Se a mordida do cachorro não for grande:

- Lave os ferimentos com água e sabão •

- Procurar atendimento médico

Controle qualquer tipo de sangramento

- Veja se há sinais de infecção • Informe o Departamento de Zoonoses para que o cão possa ser avaliado

Se o ferimento resultante da mordida do cão estiver sangrando muito, controle o sangramento primeiro. Não limpe o ferimento. Procure atendimento médico.

Mordidas de cobra

Como tratar a mordida da cobra:

- Afaste a pessoa da cobra
- Trate a mordida como se fosse venenosa
- Ligue para o telefone do serviço de emergência local
- Remova objetos que possam apertar a vítima tais como anéis ou outras jóias •
 - Imobilize a área lesada e mantenha-a mais baixa que a linha do coração ○
 - Identifique a cobra se você puder fazer isso com segurança
- Se a cobra estiver morta, transporte-a com a vítima
- Mantenha a vítima em uma posição confortável e segura
- NÃO adote nenhum dos gestos a seguir pois podem aumentar os danos nos tecidos: ○
 - Coloque gelo
 - Abra o ferimento
 - Use um torniquete, álcool ou sucção mecânica

Este material de apoio tem por objetivo fornecer informações suplementares associadas ao material didático da UL. © PROTEGIDO POR DIREITO AUTENTAL da Underwriters Laboratories, Inc. Todos os direitos reservados.

Primeiros Socorros Emergências Médicas: Calor e frio

Doenças Relacionadas ao Calor

Câimbras de calor

Câimbras de calor são espasmos musculares dolorosos, que geralmente ocorrem nas pernas e abdômen.

Para tratar câimbras de calor:

- Coloque a vítima em um lugar fresco
- Dê à vítima água fria ou uma bebida energética
- NÃO dê comprimidos de sal ou água salgada

- Tente alongar levemente o músculo e massageie suavemente a área afetada

Exaustão devido ao calor

Os sintomas de exaustão por calor podem incluir:

- Fraqueza
- Tontura
- Náusea

Como tratar a exaustão devido ao calor:

- Sudorese
- Pele fria, úmida e com tom pálido • Desmaio

- Desloque a vítima para um local com ar-condicionado ou local fresco e incentive-a a repousar e beber água fria ou uma bebida sem álcool sem cafeína
- Afrouxe qualquer roupa apertada e coloque a vítima em um local com ventilação • Coloque a vítima em um local fresco e aplique compressas frias, toalhas ou panos molhados
- Monitore cuidadosamente a pessoa porque a exaustão devido ao calor pode rapidamente se transformar em insolação
- Ligue para o telefone do serviço de emergência local

Insolação

Os sintomas da insolação incluem:

- Pele quente e seca sem sudorese visível
- Temperatura corporal anormalmente alta, de aproximadamente 41°C (105.8°F) • Confusão, comportamento irracional, perda de consciência e convulsões • Pulso rápido e fraco
- Respiração rápida e superficial

Chame o serviço de emergência local imediatamente, já que a vítima poderá falecer se a temperatura do corpo aumentar em demasia.

Este material de apoio tem por objetivo fornecer informações suplementares associadas ao material didático da UL. © PROTEGIDO POR DIREITO AUTORAL da Underwriters Laboratories, Inc. Todos os direitos reservados.

Doenças relacionadas ao frio

Fatores que contribuem para o desenvolvimento de uma doença relacionada ao frio incluem: •

- Temperaturas abaixo de 4°C (40°F)
- Tempo de exposição a temperaturas baixas

- Velocidade e temperatura do vento
- Umidade (quantidade de vapor de água na atmosfera)
- Imersão na água fria
- Condições médicas como hipertensão, diabetes e doenças cardiovasculares

Hipotermia

Sintomas iniciais de hipotermia incluem:

- Tremores incontroláveis
- Pele fria ou pálida
- Percepção inadequada

Como tratar a hipotermia

- Olhar fixo
- Apatia

Sintomas avançados de hipotermia incluem:

- Rigidez
- Pulso fraco
- Respiração superficial
- Sonolência
- Fraqueza
- Falta de consciência

- Desloque a vítima para um lugar quente e seco (preferencialmente dentro de casa) • Aqueça a vítima lentamente, começando com o tórax e o tronco (o reaquecimento rápido pode causar problemas cardíacos)
- Use mantas quentes, garrafas de água quente, calor corporal ou outras fontes de calor para aquecer a vítima
 - **NÃO** mergulhe a vítima em água morna (pode causar problemas cardíacos perigosos)
- Se a vítima estiver inconsciente:
 - Verifique se há sinais de circulação e respiração
 - Esteja preparado a fazer CPR
- Ligue para o telefone do serviço de emergência local

Congelamento

Os sintomas de congelamento incluem:

- Aparência pálida, esbranquiçada, ou pele azul e rígida.
- Pele dolorida ou com coceira, progredindo para perda de sensibilidade

Como cuidar de casos de congelamento:

- Ligue para o telefone do serviço de emergência local
 - Desloque a vítima para um local quente e seco
 - Aqueça a pele lentamente com um cobertor aquecido (não muito quente) para aumentar gradualmente a temperatura corpórea
 - Evite esfregar ou imergir a pele em água quente, pois isso pode causar queimaduras •
- Peça à vítima que evite bebidas alcoólicas e medicamentos narcóticos

Este material de apoio tem por objetivo fornecer informações suplementares associadas ao material didático da UL. ©
PROTEGIDO POR DIREITO AUTURAL da Underwriters Laboratories, Inc. Todos os direitos reservados.

OSHA Outreach Courses