



Manual de Primeiros Socorros

DSE - Departamento de Saúde Escolar

Apresentação

O Departamento de Saúde Escolar da Rede Educacional Franciscana responsável pela saúde dos alunos e funcionários elaborou este manual de primeiros socorros para unificar suas ações conforme estabelece o Ministério da Saúde, visando melhorar seu atendimento e diminuindo as complicações de possíveis acidentes dentro do colégio e seu entorno.

Segundo o Ministério da Saúde, os acidentes no ambiente escolar são causa de preocupação constante devido a crescente mortalidade e invalidez na infância e adolescência. Na faixa etária de 1 a 19 anos as causas externas (acidentes e violências) representam 22,2% das mortes no Brasil, índice maior que as doenças cardiovasculares e perinatais da infância.

Este manual também poderá auxiliar famílias e alunos que por outrora se encontrarem diante de uma situação de risco.

Além da disponibilização deste material para as Unidades Escolares da REF, o Departamento de Saúde Escolar vem fazendo um trabalho de capacitação de todos os seus colaboradores no âmbito de prevenção de acidentes e prestação de primeiros socorros.

Primeiros Socorros

Consiste no primeiro atendimento prestado ao escolar.

Salvar a vida de uma pessoa ou diminuir riscos de complicações das lesões decorrentes do trauma.

Princípios de primeiros socorros:

- Manter a calma;
- Avaliar a cena do acidente;
- Não permitir que outras pessoas se tornem vítimas;
- Solicitar ajuda-SAMU;
- Abordar a vítima (se a cena estiver segura);
- Comunicar a família.

Situações que podem ocorrer dentro do âmbito escolar

• Engasgo

É a interrupção total ou parcial da passagem do ar respirado, ocasionada por um corpo estranho na traqueia. Os sinais de alerta são: dificuldade súbita para respirar, com tosse, ruído na inspiração, chiado, abafamento da voz, lábios roxos.

Procedimentos em Escolares conscientes:

- Na criança maior que 1 ano: manobra de Heimlich
 - Posicionar-se atrás da criança, avisando-a da ajuda;
 - Apoiar sua mão em punho encoberta pela outra, entre o umbigo e a ponta do osso do peito da criança;
 - Realizar compressões em trancos para dentro e para cima;
 - Repetir por cinco vezes;
 - Se não tiver êxito, chame socorro.
- Ocorrendo inconsciência (desmaio):
 - Posicione-a em uma superfície rígida, com a barriga para cima.
 - Realize manobras de ressuscitação cardiorrespiratória.
- Crianças maiores de um ano:
 - Iniciar com 30 compressões torácicas, (socorrista atuando sozinho) ou 15 compressões (dois profissionais de saúde);
 - Faça 2 ventilações;
 - Nova sequencia “compressão torácica primeiro”, a RCP será executada se a criança não responder e não estiver respirando (ou apenas com gasping).
 - CAB: compressões, abrir vias aéreas, checar respiração.

A manobra Heimlich para desengasgar



1. Avise a pessoa que tentará desengasgá-la, posicione-se por detrás dela e incline levemente seu tronco para frente.



2. Feche o punho em uma das mãos



• Febre

É a elevação da temperatura corporal acima do normal. A temperatura normal do corpo pode variar de 36° a $36,9^{\circ}$ Celsius (C); Funciona como um sinal de alerta.

- Sinais sugestivos de febre:
 - Diminuição da atividade da criança;
 - Irritabilidade;
 - Dor de cabeça;
 - Dores no corpo;
 - Vermelhidão, mais evidente na face;
 - Sensação de frio;
 - Aceleração dos batimentos cardíacos;
 - Respiração rápida.
- Procedimentos de primeiros socorros:
 - Colocar o escolar em ambiente fresco e arejado;
 - Oferecer líquidos, preferencialmente água, não gelada;
 - Retirar o excesso de roupas ou as roupas muito quentes;
 - Reavaliar a temperatura após 15 minutos;
 - Realizar banho tépido, por 15 minutos, se Temp. maior ou igual a 38°C ;
 - Encaminhar ao médico.



• Sangramento Nasal

Geralmente são decorrentes de trauma direto no nariz. É comum pequenos sangramentos sem trauma.

- Procedimentos de primeiros socorros:
 - Colocar o escolar em local fresco e arejado;
 - Manter a cabeça em posição ereta, olhando para frente;
 - Orientar o escolar a apertar a narina que está sangrando contra o septo por 10 minutos;
 - Se o sangramento for nas duas narinas, orientar que respire pela boca;
 - Caso o sangramento não cesse, colocar gelo sobre a testa por 20 minutos, mantendo a compressão das narinas contra o septo e encaminhar ao pronto socorro.

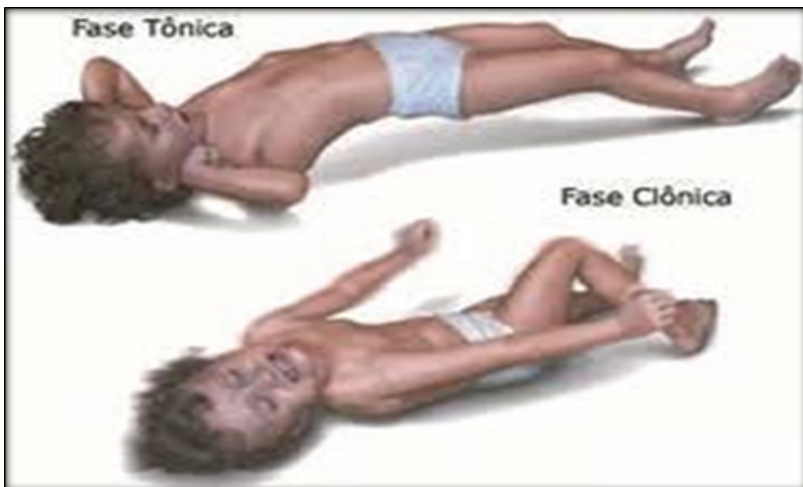


• Convulsão

Uma série de contrações rápidas e involuntárias dos músculos; Ocasionalmente movimentos desordenados e geralmente perda da consciência. Pode ter várias causas.

- O que o escolar apresenta:
 - Salivação excessiva;
 - Contração muscular com movimentos desordenados dos braços e pernas;

- Revirar dos olhos;
 - Dificuldade respiratória;
 - Perda do controle dos esfíncteres urinário e anal.
- Primeiros socorros:
 - Afastar curiosos;
 - Marcar no relógio a duração da crise;
 - Afrouxar roupas e retirar objetos como óculos;
 - Proteger a cabeça com as mãos ou almofada;
 - Lateralizar a cabeça, se possível;
 - Retirar objetos que possam causar ferimentos;
 - Não remover o escolar durante a crise.
 - O que fazer depois da crise?
 - Esperar a chegada do SAMU;
 - Colocar o escolar em posição de segurança, para melhor recuperação;
 - Não deixar o escolar sozinho.



• Desmaio

Episódio breve de perda da consciência; Causado por diminuição rápida e reversível da circulação sanguínea no cérebro.

- O que o escolar apresenta:
 - Mal estar;
 - Visão turva;
 - Tonturas;
 - Pálida;
 - Suor frio.

- Procedimentos com sensação de desmaio (antes de acontecer):
 - Sentar o escolar numa cadeira em lugar fresco e arejado;
 - Pedir pra colocar a cabeça entre as pernas;
 - Orientar que respire fundo, puxando o ar pelo nariz e soltando pela boca;
 - Colocar uma das mãos na cabeça do escolar, forçando para baixo;
 - Pedir para fazer movimento de força com cabeça ao contrário da mão de quem socorre;
 - Repetir esse movimento cinco vezes;
 - Orientar à procura do médico.

- Procedimentos quando houver o desmaio:
 - Manter tranquilidade e afastar os curiosos;
 - Certificar que o escolar tem pulso e respira;
 - Colocar o escolar deitado de costas no chão, com as pernas mais elevadas do que o corpo;
 - Afrouxar as roupas;
 - Depois que o escolar recuperar a consciência, deixá-lo deitado por cinco minutos e depois mais cinco minutos sentado, para não ocorrer outro desmaio;
 - Encaminhar ao pronto socorro.

• Crise Asmática

É a inflamação crônica dos brônquios, que ficam mais estreitos e dificultam a respiração do paciente em episódios repetidos de tosse e falta de ar.

A asma não tem cura, mais pode ser controlada.

- Procedimentos de primeiros socorros:
 - Manter a vítima calma;
 - Deixá-la confortável, de preferência sentada;
 - Coloque-a com o corpo inclinado para frente, a fim de facilitar a respiração;
 - Procure saber se utiliza habitualmente inalador e ajude-a a usá-lo;
 - Mantenha a vigilância da função respiratória até a frequência respiratória normalizar;
 - Encaminhe ao pronto socorro.

• Câimbras de Calor

É um espasmo súbito e involuntário dos músculos, de curta duração e geralmente dolorosa causada por fadiga muscular.

Os Sinais e sintomas incluem dores musculares e espasmos, geralmente nas pernas ou abdômen.

- Procedimentos de primeiros socorros:
 - Coloque o escolar no lugar mais fresco disponível;
 - Dê meio copo d'água para beber a cada 15 minutos por uma hora.

• Exaustão pelo Calor

Consiste na incapacidade do corpo de desenvolver suas atividades normais após exposição excessiva ao sol, podendo acarretar em desidratação.

Os sintomas da exaustão podem ser: pele fria, pálida e úmida; pulso rápido e fraco; fraqueza / tontura; náusea ou vômito.

- Procedimentos de primeiros socorros:
 - Acione o serviço de emergência;
 - Coloque o escolar no lugar mais fresco disponível;
 - Coloque o escolar com os pés elevados;
 - Esfrie o escolar aplicando lençóis ou toalhas molhados no corpo e abanando;
 - Dê meio copo de d'água para beber a cada 15 minutos por uma hora.

• Mordeduras

Ocorrem em qualquer idade por diversos animais, como: cachorro, gato, rato, porco, equinos (cavalos e burros), morcegos, escorpiões e cobras.

- Procedimentos de primeiros socorros:

Mordida de cachorro:

- Lavagem do local;
- Verificar se o cão é vacinado;
- Encaminhamento ao hospital.

Mordida por cobra:

- Lavar o local;
- Deixar a vítima em repouso;
- Encaminhar ao hospital;
- Informar o tipo de serpente para escolha do soro.

- As demais mordeduras devem ser lavadas e encaminhadas ao hospital.

• Picadas

As que podem causar alergias e morte, mais comuns no nosso meio são as picadas de abelhas.

- Procedimentos de primeiros socorros:
 - Retirar os ferrões com pinça;
 - Passar antisséptico no local;
 - Aplicar gelo.
- Deve ter atenção especial às pessoas que:
 - Apresentarem múltiplas picadas;
 - Relatarem ser alérgicas;
 - Apresentarem picadas na boca ou garganta.

• Trauma Ocular

É qualquer lesão que venha acontecer nos olhos e pálpebras. Podem ser decorrentes de corpo estranho no olho, queimaduras térmicas e químicas, as contusões e as perfurações oculares ou ferimentos de pálpebras provocadas por objetos pontiagudos e cortantes.

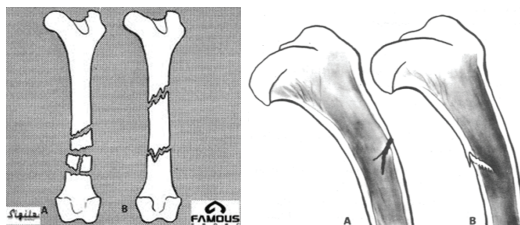
Corpo estranho nos olhos podem ser areia, fragmentos trazidos pelo vento ponta de lápis, etc.

- Procedimentos de primeiros socorros:
 - Não permitir que a criança esfregue os olhos;
 - Nunca tentar retirar objetos encravados nos olhos com pinças, agulhas ou cotonetes;
 - Pingar algumas gotas de soro fisiológico no olho acometido, na tentativa de retirar o corpo estranho;
 - Se o corpo estranho não sair não insistir;
 - Fazer um tampão ocular, de preferência nos dois olhos com gaze seca;
 - Comunicar à família;
 - Encaminhar ao hospital oftalmológico.

• Fraturas

É o rompimento de um osso decorrente de uma pancada, queda ou esmagamento. Podem ocasionar lesões de nervos, vasos sanguíneos e tecidos moles. Existem fraturas fechadas e abertas (expostas), completas e incompletas.

- Os sinais sugestivos de fratura são:
 - Dor local;
 - Deformação ou inchaço;
 - Incapacidade funcional;
 - Mobilidade anormal;
 - Encurtamento de membro.
- Procedimentos de primeiros socorros:
 - Avaliar a cena do acidente;
 - Abordar o escolar;
 - Checar os sinais sugestivos de fratura;
 - Não movimentar o membro lesado;
 - NUNCA tentar colocar o osso no lugar;
 - Expor o local da lesão;
 - Imobilizar a lesão na posição em que foi encontrada (uma articulação acima e uma a baixo);
 - Usar talas e ataduras na imobilização;
- Na fratura exposta: todos descritos anteriormente, seguidos de:
 - Cortar a roupa com tesoura para evitar machucar mais;
 - Se for no pé, cortar o calçado e retirá-lo com cuidado;
 - Se houver sangramento, colocar gaze no local e realizar compressão;
 - Encaminhar ao pronto socorro.



• Luxações

É o deslocamento de um osso da articulação, resultando no posicionamento anormal da articulação.

- Procedimentos de primeiros socorros:
 - Não forçar o membro afetado;
 - Imobilizar o local da lesão sem forçar a posição;
 - Aplicar gelo no local;
 - Encaminhar ao pronto socorro.



• Contusões

São lesões no músculo causadas por um trauma direto. Provocam dor, inchaço e rigidez no local.

- Procedimentos de primeiros socorros:
 - Aplicar gelo local;
 - Encaminhar ao pronto socorro.



• Entorses

Lesões traumáticas de uma articulação, com alongamento, rotura dos ligamentos e demais estruturas que sustentam a articulação. Resultam em inchaço e hematoma.

- Procedimentos de primeiros socorros:
 - Manter a articulação lesionada em repouso, se possível suspensa;
 - Aplicar gelo ou compressas frias no local.

• Ferimentos Abertos e Fechados

O ferimento aberto é aquele no qual a pele é rompida. Os ferimentos abertos podem ser superficiais ou profundos.



Ferimentos abertos superficiais

Nos ferimentos superficiais, somente a camada mais externa da pele é lesada. Vão desde arranhões até esfoladuras (escoriações) de qualquer extensão.

- Procedimentos de primeiros socorros:
Lesões pequenas: podem receber cuidados no local da ocorrência.
 - Lavar as mãos com água e sabão e calçar luvas;
 - Realizar a limpeza imediata com água corrente e sabão;
 - Cobrir as lesões com gazes;Lesões extensas:
 - Lavar as mãos com água e sabão e calçar luvas;
 - Realizar a limpeza imediata do local com água ou soro fisiológico;
 - Cobrir as lesões com gazes ou pano limpo;
 - Encaminhar ao pronto socorro.

Ferrimentos Abertos Profundos

Atingem as camadas mais profundas da pele e até outros tecidos mais profundos, podendo ocorrer perda de pele ou de outros tecidos. Podem atingir vasos sanguíneos maiores (artérias, veias), ocorrendo sangramentos graves.

- Procedimentos de primeiros socorros:
 - Lavar as mãos com água e sabão e calçar luvas;
 - Não tentar lavar a lesão;
 - Cobrir o ferimento com gazes estéreis e fazer compressão no local;
 - Se houver objeto encravado no local, comprimir ao redor e não retirar o objeto;
 - Encaminhar ao pronto socorro.

• Ferrimentos Fechados

A lesão de tecidos ocorre abaixo da pele, sem que esta se rompa, não havendo comunicação entre o meio externo e o interno. São chamados de contusão, pode haver também as equimoses (manchas roxas) e os hematomas (galos).

- Procedimentos de primeiros socorros:
 - Aplicar compressas frias ou saco de gelo no local da contusão até que a dor e o inchaço diminuam;
 - Não aplicar o gelo diretamente na pele, pois podem queimá-la;
 - Se houver limitação de movimento do membro afetado ou dor intensa no local, imobilizar e encaminhar ao pronto socorro.

• **Ferimentos na Cabeça**

São potencialmente perigosos porque podem indicar lesão do cérebro e da coluna cervical.

- Procedimentos de primeiros socorros:
 - Não comprimir os ferimentos abertos no couro cabeludo, pois podem perfurar a massa encefálica com fragmentos ósseos da caixa craniana ou objetos estranhos na superfície do ferimento;
 - Cobrir a lesão com gazes e enfaixar a cabeça;
 - Não tentar impedir a saída de líquidos pela orelha ou pelo nariz, mas apenas cobrir com gaze para absorver o fluxo;
 - Encaminhar ao pronto socorro.

• **Ferimentos na Face**

São importantes devido à permeabilidade das vias aéreas, que podem ser comprometida principalmente pela presença de hemorragia.

- Procedimentos de primeiros socorros:
 - Não palpar a face se houver trauma local;
 - Controlar hemorragias com leve compressão;
 - Cobrir os ferimentos com gazes umedecidas com soro fisiológico;

- Fixar os curativos com bandagens ou faixas envolvendo a mandíbula e o crânio;
- Não tentar retirar objetos de dentro do nariz;
- Objetos encravados na boca e bochecha somente devem ser retirados se estiverem causando dificuldade respiratória;
- Encaminhar ao pronto socorro.

• Ferrimentos no Pescoço

São potencialmente graves, pois, podem lesar artéria carótida e obstruir as vias aéreas comprimindo a laringe e a traqueia contra a coluna cervical.

- Procedimentos de primeiros socorros:
 - Manter a cabeça fixa;
 - Fazer compressão direta do local;
 - Encaminhar ao pronto socorro.

• Afogamento



É a sufocação por imersão na água.

Pode ser um evento secundário à perda de consciência.

A criança geralmente resiste por 10 a 20s na luta de submersão e imersão, enquanto os adolescentes podem resistir por até 60s, até a imersão total.

- Procedimentos de primeiros socorros:
 - Retirar o escolar rapidamente da água, a cabeça deve estar sempre acima do nível do corpo;
 - Removê-la para um lugar seco;
 - Avaliar o nível de consciência;
 - Avaliar o padrão respiratório;
 - Aquecer o escolar.
- Escolar consciente:
 - Colocá-lo inicialmente deitado de costas, com a cabeça elevada;
 - Se estiver respirando sem dificuldades, virá-lo de lado, pois podem ocorrer vômitos. Encaminhá-lo ao pronto socorro.
- Escolar inconsciente:
 - Acionar o SAMU 192;
 - Realizar ciclos de compressões torácicas e ventilações, na proporção de 30 compressões para 2 ventilações (30:2);
 - Manter as manobras (RCP) até a chegada do SAMU ou até que o escolar apresente movimentos espontâneos.

• Choque Elétrico

Acidentes com corrente elétrica são potencialmente graves, podendo levar ao óbito.

As descargas elétricas causam queimaduras graves, externas e órgãos externos.

- Procedimentos de primeiros socorros:
 - Avaliar a cena do acidente para não se tornar uma vítima;
 - Não tocar o escolar antes de certificar-se que o mesmo esteja longe da corrente elétrica;
 - Se necessário, solicitar a CELG para desligar a fonte elétrica;
 - Solicitar SAMU;

- Checar pulso, se necessário, iniciar compressão torácica;
- Encaminhar ao pronto socorro.



• Urgências Odontológicas

Caracteriza-se por traumas diretos, ocasionando avulsão de dente decíduo, dente permanente, deslocamento de dente, corte de lábios, mucosa e fratura dentária.

- Procedimentos de primeiros socorros:
 - Limpar o local com água ou soro fisiológico;
 - Aplicar compressa de gelo;
 - Encaminhar ao cirurgião dentista.

• Avulsão de Dente Permanente

- Procedimentos de primeiros socorros:
 - Segure o dente pela coroa, nunca pela raiz;
 - Lave-o com soro fisiológico em jatos, sem esfregar;
 - Se possível, reimplante o dente no local, sem fazer pressão;
 - Se não for possível, a reimplantação no local do acidente, coloque-o em um frasco com soro fisiológico ou leite;
 - Encaminhar com urgência ao cirurgião dentista.

• Deslocamento de Dente

Pode ser lateral, para dentro do alvéolo ou para fora sem sair totalmente.

- Procedimentos de primeiros socorros:
 - Deslocamento lateral: com uma gaze fazer o realinhamento imediato;
 - Deslocamento para dentro: NÃO fazer nenhum procedimento para reposicionar o dente;
 - Deslocamento para fora: fazer o realinhamento imediato com uma gaze.



• Corte de Lábios e Mucosa

- Procedimentos de primeiros socorros:
 - Limpar o local com água ou soro fisiológico;
 - Aplicar compressa de gelo;
 - Encaminhar ao hospital.



• Fratura de Dente por Trauma

- Procedimentos de primeiros socorros:
 - Colocar o fragmento do dente em um frasco com soro fisiológico;
 - Se houver sangramento, colocar compressa de gelo;
 - Encaminhar ao cirurgião dentista.



Referência Bibliográfica

http://ww2.prefeitura.sp.gov.br/arquivos/secretarias/saude/crianca/0005/Manual_Prev_Acid_PrimSocorro.pdf





REF

**Rede Educacional
Franciscana**

Educar para a paz e o bem