



## Primeiros Socorros - 1:

# O QUE FAZER NA HORA DE UM ACIDENTE OU IMPREVISTO?

Primeiros Socorros são cuidados prestados, com rapidez, às vítimas de acidentes ou mal súbito, cujo estado físico põe em risco a própria vida. Esses cuidados têm como finalidade manter as funções vitais, evitar o agravamento de suas condições, aplicando medidas e procedimentos até a chegada de assistência qualificada.

O socorrista deverá estar apto a avaliar e identificar, com segurança, problemas que comprometam a sua própria vida e a vida do socorrido, conduzindo as ações de forma serena e confiante.

Inicialmente, é fundamental acionar o serviço de emergência do **Corpo de Bombeiros (193)** ou **SAMU (192)**; depois aplicar os procedimentos possíveis ao acidentado e impedir que testemunhas removam ou manuseiem o acidentado (evitando o segundo trauma). Deve-se agir somente até o ponto de seu conhecimento e técnica de atendimento e não tentar transportar um acidentado ou medicá-lo (só a equipe de saúde poderá fazê-lo).

## O socorrista deverá seguir algumas etapas básicas para prestar corretamente os primeiros socorros:

■ **Avaliar o local do acidente:** observando se existem perigos para quem vai prestar os socorros (fios elétricos soltos e desencapados, tráfego de veículos, andaimes, vazamento de gás, etc.), com ambiente seguro:

- 1.** Chame por ajuda: **193 (Bombeiro), 192 (SAMU)**;
- 2.** Obter o máximo de informações, evitar pânico e identificar pessoas que possam ajudar;
- 3.** Evitar alterar a posição da vítima (somente fazê-lo em alguns casos que serão relatados).

■ **Avaliação da vítima:** consiste na segunda etapa básica na prestação dos primeiros socorros. Ela permite o início imediato das manobras de reanimação, devendo ser realizada em qualquer situação de emergência, de forma rápida e sistemática, observando as prioridades:

- 1. Nível de consciência:** avaliação de respostas lógicas (nome, idade, etc.);
- 2. Sinais vitais:** observar pulso e respiração (movimentos torácicos e abdominais), prioritariamente, e temperatura do corpo (sensação de tato na face e extremidades);
- 3. Hemorragia:** avaliar a quantidade e o volume do sangue;
- 4. Pupilas:** verificar o estado de dilatação e simetria (igualdade entre as pupilas).

**As próximas pílulas tratarão das ações em cada tipo de acidente.**

**Dra. Renata Cardoso**

Cardiologista

**Maria Amélia Matos Nicolau de Lima**

Enfermeira