

MANUAL: APRENDA A SALVAR VIDAS

GUIA RÁPIDO DE PRIMEIROS
SOCORROS PARA MAMÃES

APAE XONADAS



FMIT | Afya

FACULDADE DE MEDICINA DE ITAJUBÁ

Integração, Ensino, Saúde e Comunidade - IESC VII

Docente responsável: Renato Augusto Passos



Manual: Aprenda a salvar vidas, guia rápido de primeiros socorros
para mães **APAE**xonadas

Autores

Fernanda Braga

Gabriel Di Lorenzo Vilas Boas

Helena Fonseca Peçanha Arruda

José Cangussú Lima Neto

Letícia Aguida Ferreira dos Santos

Lucas Mafra Alves de Oliveira

Mayara Moreira de Melo

Murilo Ronconi

Nicolas Dakhil Moyzés Zanin

Coordenador

Renato Augusto Passos

Itajubá 2023

O objetivo do principal projeto é orientar as mães dos alunos da APAE de como lidar com possíveis **situações de risco, de urgência e emergência**, relacionados aos temas: prevenção de acidentes domésticos, queimaduras, engasgo e convulsão.

O projeto visa que as mães consigam identificar situações de risco e **solucionar da melhor maneira possível**, pois, muitas dessas famílias moram longe dos serviços básicos de saúde, garantindo assim o aumento da sobrevivência dessas crianças.

Esta cartilha foi escrita e elaborada pelos **estudantes de medicina** da faculdade de medicina de Itajubá - FMIT e apresentada para as mães com demonstrações práticas dessas situações. Foi realizado e apresentado na APAE de Itajubá, na data, supervisionada pelo professor Renato Passos.

Telefones de **emergência**



SUMÁRIO

Prevenção de acidentes domésticos 05

Queimaduras 08

Engasgo 12

Convulsão 15



PREVENÇÃO DE ACIDENTES DOMÉSTICOS

A maioria dos **eventos traumáticos** e acidentes envolvendo crianças acontecem até o final da idade escolar em seus domicílios. Os acidentes mais frequentes ocorrem na cozinha, seguida de banheiro e escadas.

Alguns cuidados básicos são necessários, como: as chaves para evitar que as crianças se tranquem em cômodos, verificar brinquedos (principalmente os pequenos), móveis, telas de proteção, medicamentos, produtos de limpeza, máquina de lavar, objetos cortantes, dentre outros.

Entre as **causas mais comuns de acidentes domésticos** estão presentes quedas, queimaduras, afogamento, aspiração de corpo estranho e sufocação, choques elétricos ou eletrocussão, intoxicações e envenenamentos.

Queda

Não deixar bebês sozinhos em lugares que possam rolar e cair da cama, para crianças maiores baixar o estrado e colchão do berço, se atentar com pisos molhados, **usar trava de segurança no carrinho** de bebê além de travar a alça do bebê conforto e cadeirinhas de transporte.

Queimadura

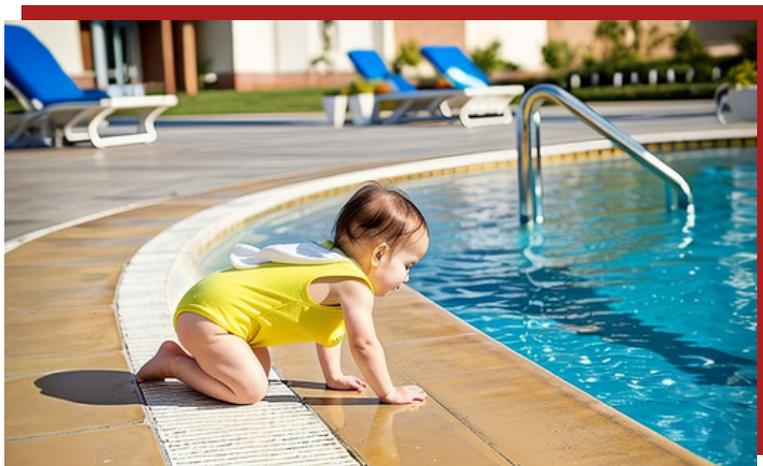
Sempre testar a água do banho com cotovelo antes de colocar o bebê, nunca manipular comidas ou materiais quentes **com bebê no colo** ou próximo, manter bebê longe de fontes de calor ou fogo, não ter álcool líquidos 70% em lugares de fácil acesso, deixar cabos de panelas virados para dentro do fogão.



PREVENÇÃO DE ACIDENTES DOMÉSTICOS

Afogamento

Instalar grades ou barreiras de no mínimo 1,5m que permitam visualização fácil ao redor das piscinas, usar sistema de antiaspiração de cabelo e corpo, **nunca utilizar boias circulares** ou de braço como proteção ao afogamento sem a presença de um adulto, estimular aulas de natação com profissionais qualificados e aos banhos **nunca deixar criança sozinha** na banheira sem supervisão.



Aspiração/sufocação

Não dar alimentos em pedaços duros ou grandes para um bebê, roupas de cama com tamanhos adequados para que **não corra o risco** de se enrolar e causar sufocação, não colocar correntes e cordões em chupetas.



Choque elétrico

Colocar protetores em **todas as tomadas que não são utilizadas**, não deixar fios desencapados ou sem plugue na tomada, guardar extensões em locais adequados e manter aparelhos elétricos desligados quando sem uso.

PREVENÇÃO DE ACIDENTES DOMÉSTICOS

Intoxicação / Envenenamento

Se atentar a doses/horários/prescrições de medicamentos a serem dados, não ter plantas tóxicas em casa, **orientar sobre os riscos** e impedir o acesso a substâncias tóxicas e nocivas ao organismo (principalmente as estimuladas pela internet), colocar os medicamentos e outras substâncias que ofereçam perigo de intoxicação em **armários mais restritos** de difícil alcance.



QUEIMADURAS

As queimaduras são **lesões na pele** causadas principalmente pelo calor, fricção, substâncias químicas, eletricidade, radiação solar.

Ao acontecer a queimadura, pode ser classificadas em **diferentes graus**, primeiro, segundo e terceiro. A lesão de **primeiro grau** atinge a camada externa da pele, causando vermelhidão e dor. De **segundo grau** afetam a camada externa e a parte mais interna da pele, podem causar bolhas, inchaço e dor. Já as lesões de **terceiro grau**, atingem todas as camadas, apresentam uma cor branca ou preta, textura de couro e pode não apresentar dor devido a destruição de terminações nervosas.

Primeiros Socorros - Passo a passo

1. Resfriar a queimadura

Coloque a área queimada sob água fria corrente por 10 a 15 minutos ou até a dor diminuir.



2. Não estoure bolhas

Bolhas protegem contra infecção. Se estourarem, é importante mantê-las limpas e protegidas.



3. Proteja a queimadura

Utilize um pano limpo ou uma atadura estéril para evitar mais danos ao local acometido.



4. Evite o uso de cremes ou óleos

Eles podem agravar a lesão ou até causar infecções.



5. Busque ajuda médica

Em caso de queimaduras de segundo ou terceiro grau, ou se houver dúvidas sobre a gravidade.



QUEIMADURAS

Prevenção

Existem milhares de atitudes que podem ser tomadas para **evitar possíveis queimaduras**, alguns exemplos são:

Mantenha **produtos inflamáveis** em armários com tranca, longe do alcance de crianças



Evite manusear **líquidos quentes** próximo à crianças, lembre-se cozinha não é lugar de criança pequena



Use **protetor solar** e evite exposição direta durante as horas mais quentes do dia



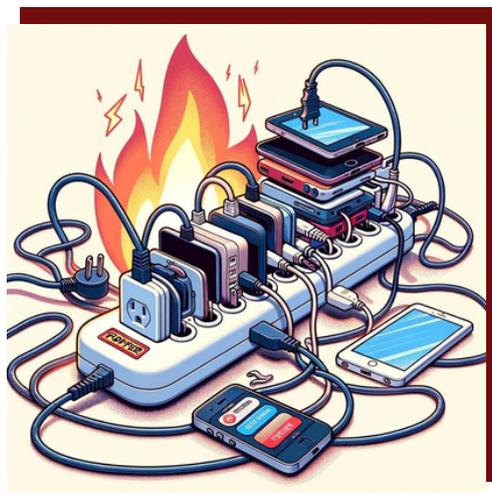
Oriente sobre a importância do **uso de calçados**, pisos escuros e asfalto podem chegar à altas temperaturas



QUEIMADURAS

Uma das **principais causas** referentes à início de incêndio são os equipamentos eletrônicos.

Para diminuir as chances de algo semelhante acontecer, é orientado manter os **equipamentos elétricos** sempre em bom estado e evitando sobrecargas.



Complicações

Queimaduras graves podem causar infecções, cicatrizes, problemas de mobilidade devido à **contração da pele** e até mesmo problemas emocionais e psicológicos, principalmente quando envolvem a face ou órgãos genitais.

Quando buscar ajuda médica?

- Área queimada é grande ou profunda
- Queimaduras no rosto, mãos, pés, genitais ou grandes articulações
- Se foi causada por eletricidade ou produtos químicos
- Dificuldade em respirar ou queimaduras nas vias aéreas
- Se a vítima é uma criança ou idoso

Lembre-se, sempre é melhor prevenir do que remediar. Mantenha a segurança em primeiro lugar!



ENGASGOS

O engasgo é um problema comum em **todas as fases da vida**. Na infância, eles podem ser mais frequentes e perigosos, levando ao óbito. Isso pode ocorrer, pois nesse período, a criança ainda não tem o controle total da mastigação e do movimento de engolir, além de não compreenderem a importância de **manter objetos longe da boca**. Engasgo ocorre quando algum alimento, sólido ou líquido, ou quando algum objeto obstrui as vias aéreas, dificultando a passagem do ar, impossibilitando a respiração e pode ser engasgo parcial ou total.

Engasgo parcial = A criança ou bebê consegue chorar, falar ou respirar parcialmente

1º PASSO: chame ajuda, ligue 192 (SAMU) ou 193 (Corpo de Bombeiros Militar);

2º PASSO: incentive a criança a tossir, com a objetivo de expelir o que está causando a obstrução.

Engasgo total = A criança ou o bebê não responde, não chora, não emite sons e não consegue respirar

1º PASSO: chame ajuda, ligue 192 (SAMU) ou 193 (Corpo de Bombeiros Militar);

2º PASSO: faça a Manobra de Heimlich (manobra de desengasgo).

Manobra de Heimlich em crianças menores de 1 ano - Passo a passo

1. Segure o bebê com uma das mãos, de forma que ele fique com a barriga para baixo e inclinado para frente, deixando a **cabeça mais baixa que o corpo**
2. Com a mão espalmada e com os dedos estendidos, aplique **5 tapas** com a base da mão entre as escápulas, no meio das costas da criança
3. Mantendo a cabeça mais baixa que o corpo, vire a criança para que ela fique com a **barriga voltada para cima** e utilizando dois dedos (indicador e médio) faça 5 compressões torácica na linha dos mamilos

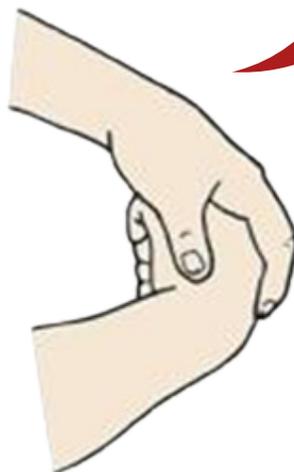
4. Verifique se o corpo **estranho** foi **eliminado**. Se a criança continuar engasgada, repita o processo. Se a criança perder a consciência inicie Ressuscitação Cardiopulmonar (RCP)



Manobra de Heimlich em crianças maiores de 1 ano - Passo a passo

1. Fique atrás da criança, abraçando-a em torno da barriga. Você deve **ficar de joelhos** para que fique da mesma altura da criança

2. Feche uma das mãos e **coloque-a na altura do estomago da criança** e com a outra mão envolva a que está fechada



ENGASGOS

3. Faça **compressões rápidas** para dentro e para cima. Essas compressões devem ser firmes, mas não violentas;



4. Verifique se o **corpo estranho** foi eliminado. Se a criança continuar engasgada, repita o processo

CONVULSÕES

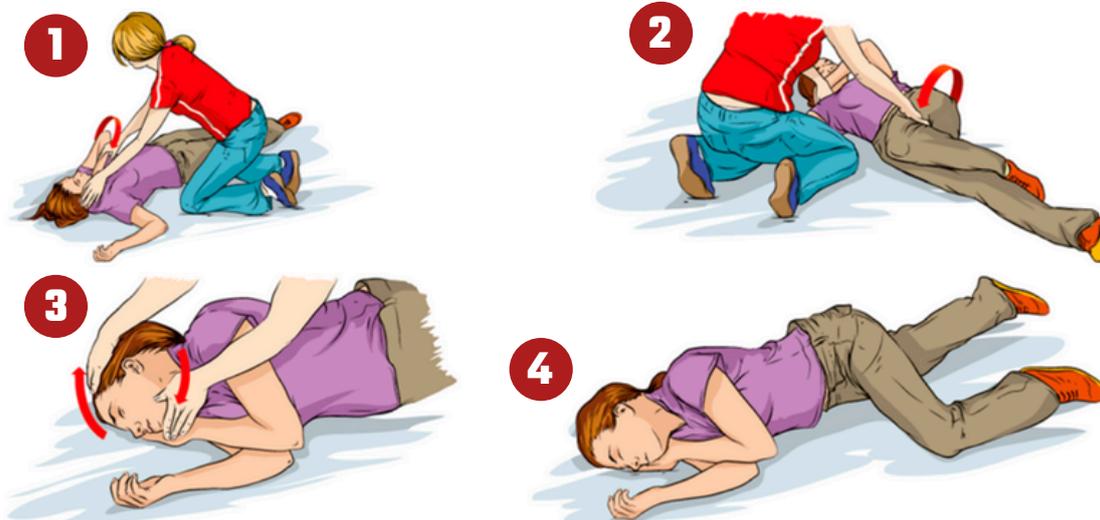
As convulsões são episódios de atividade elétrica anormal no cérebro, e podem ocorrer em **crianças com ou sem deficiência**. No entanto, para pais de crianças com necessidades especiais, entender os sinais de **uma convulsão** e como agir é essencial.

Reconhecendo os Sinais

As convulsões podem se manifestar de diversas formas, desde movimentos involuntários até alterações na consciência. Em crianças com deficiência, os sinais podem ser mais sutis, **mas ainda exigem atenção**. Fique atento a qualquer comportamento incomum, como olhar fixamente, movimentos repetitivos ou mudanças na respiração.

Cuidados Específicos

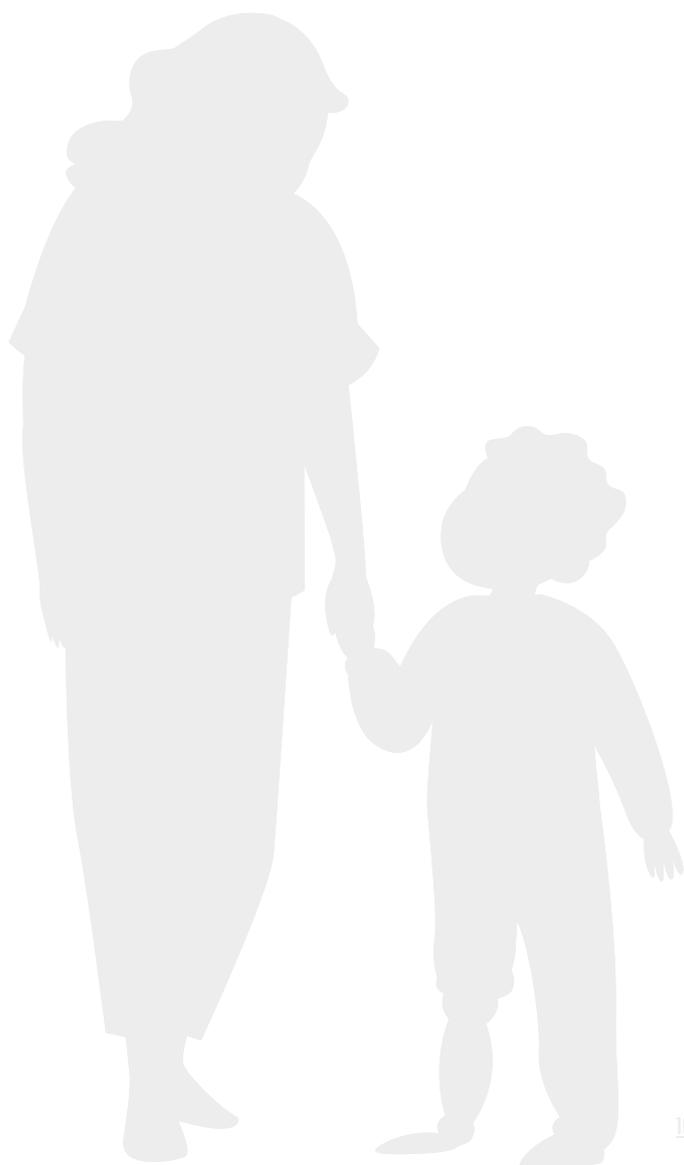
1. **Posicione a Criança em um Lugar Seguro:** Coloque-a em uma superfície macia, afastada de objetos perigosos;
2. **Não Coloque Nada na Boca:** Evite a tentação de colocar objetos na boca da criança durante a convulsão;
3. **Observe o Tempo da Convulsão:** Se a convulsão durar mais de cinco minutos, ou se houver uma segunda convulsão em seguida, procure ajuda médica imediatamente;
4. **Mantenha Registros:** Anote a duração e os detalhes da convulsão. Essas informações podem ser valiosas para os profissionais de saúde.



REFERÊNCIAS

1. GUIMARÃES, FMF; ABRAMOVICI, S. Queimaduras. In: Sociedade Brasileira de Pediatria. Tratado de pediatria [recurso eletrônico]. v.1. Barueri: Manole, 2022. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9786555767476>. Acesso em: 18 abr. 2024.

2. GUSSO, G; LOPES, JMC; DIAS, LC. Tratado de medicina de família e comunidade [recurso eletrônico]: princípios, formação e prática. Porto Alegre: Artmed, 2019. v.1. p.113-23, 255-64. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788582715369>. Acesso em: 18 abr. 2024.



FMIT | Afva