

**DRAUZIO VARELLA
CARLOS JARDIM**

ilustrações de CAETO



claroenigma

Copyright do texto © 2011 by Drauzio Varella e Carlos Jardim
Copyright das ilustrações © 2011 by Caeto

Grafia atualizada segundo
o Acordo Ortográfico da Língua
Portuguesa de 1990, que entrou
em vigor no Brasil em 2009.

capa e projeto gráfico
warrakloureiro

preparação
Márcia Copola

revisão
Arlete Zebber
Ana Luiza Couto

tratamento de imagem
Simone Ponçano

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Varella, Drauzio
Primeiros socorros / Drauzio Varella e Carlos
Jardim; ilustrações de Caeto. — São Paulo : Claro
Enigma, 2011.

ISBN 978-85-61041-65-6

1. Primeiros socorros 2. Socorro médico de
urgência 3. Urgências médicas I. Caeto. II. Título.

11-04533 CDD-616.025
NLM-WB 100

Índices para catálogo sistemático:

1. Emergências médicas 616.025
2. Medicina de urgência 616.025
3. Primeiros socorros : Medicina 616.025

[2011]
Todos os direitos desta edição reservados à
EDITORAR CLARO ENIGMA
Rua São Lázaro, 233
01103-020 — São Paulo — SP
Telefone: (11) 3707 3531
www.companhiadasletras.com.br
www.blogdacompanhia.com.br



SUMÁRIO

- INTRODUÇÃO 4
- PRIMEIROS SOCORROS 7
- PANCADAS NA CABEÇA 8
- CORTES E MACHUCADOS 12
- QUEIMADURAS 19
- INSOLAÇÃO 27
- CHOQUE ELÉTRICO 28
- FRATURAS E ENTORSES 30
- DISTENSÕES, TORÇÕES E ESTIRAMENTOS 34
- MORDIDAS DE ANIMAIS 38
- INTOXICAÇÕES 45
- CONVULSÕES 48
- ENGASGAMENTO 51
- AFOGAMENTO 57
- PARADA CARDIORRESPIRATÓRIA 60
- TELEFONES ÚTEIS 66
- GLOSSÁRIO 67
- BIOGRAFIAS 70

PRIMEIROS SOCORROS

Primeiros socorros são as ações que devem ser realizadas logo que um acidente acontece. Elas têm dois objetivos: nas situações mais complicadas, manter a pessoa viva; nas demais, ajudar a pessoa a se recuperar mais rápido.

Em algumas situações, não podemos ou não conseguimos resolver o problema com as próprias mãos. Quando isso acontecer, não esqueça que uma das medidas mais importantes é **chamar ajuda**.

A maioria das cidades tem um serviço eficiente para atender emergências.

É muito fácil chamar ajuda, é só ligar para o número 192.

Quando a pessoa atender seu chamado, explique com calma como e onde o acidente aconteceu. Os profissionais que atendem emergências são bombeiros, policiais, enfermeiros, médicos e paramédicos treinados que dispõem de equipamentos para resolver os casos mais complicados.

Lembre: se, num dado momento, você achar que é impossível fazer o que aprendeu neste livro, já fará muito se chamar ajuda rapidamente.

PANCADAS NA CABEÇA

Quando comparada ao restante do corpo, a cabeça do bebê é relativamente maior que a de um adulto. Ao começarmos a andar, precisamos aprender a equilibrá-la para que não bata nos objetos e não nos derrube.

A cabeça pode sofrer os golpes das quedas (da árvore ou da bicicleta) ou das pancadas (nos objetos que nos cercam). Esses traumatismos costumam ser leves, mas, às vezes, podem afetar o funcionamento dos neurônios, as células mais importantes do sistema nervoso.

Felizmente, a maioria dos traumas que atingem a cabeça não provoca lesões cerebrais.

Como o couro cabeludo é irrigado por uma rede extensa de pequenas artérias e veias, as batidas costumam formar “galos”, que resultam de sangramentos sob a pele (*hematomas*).

Quando houver formação de um “galo”, você deve aplicar gelo imediatamente, por pelo menos 15 minutos.

Ponha gelo picado num saco plástico. Proteja com um pano fino a pele do local em que o “galo” se formou e coloque o saco de gelo sobre ele.

Repita a operação a cada 2 horas (enquanto estiver acordado), até a dor e o inchaço desaparecerem.

Por causa da abundância de vasos sanguíneos, quando o couro cabeludo sofre um corte ou escoriação o sangramento é intenso e pode ser assustador.

Nessas circunstâncias, mantenha a calma.

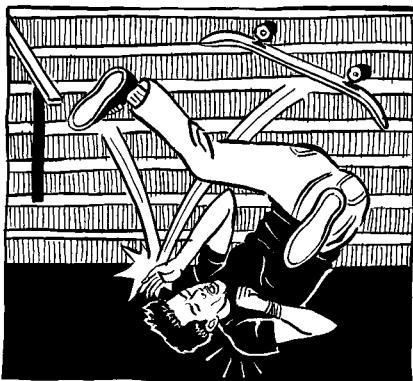
- + Lave as mãos com água e sabão.**
- + Depois, com um pano limpo, umedecido com água filtrada, limpe o sangue escorrido até localizar a fonte do sangramento.**
- + Comprima o corte com gaze ou pano seco durante 5 a 10 minutos para estancar a hemorragia.**

Quando o sangramento cessar, afaste o cabelo e examine o local com atenção.

Se houver apenas uma escoriação, lave o local com água e sabão (qualquer sabão). Se houver detritos acumulados, retire-os com cuidado.

Não passe desinfetante nem pomada no local.

Se o corte for mais profundo, comprima o local e procure assistência médica. Pode haver necessidade de dar pontos.



Ocasionalmente, uma pancada na cabeça faz sangrar um vaso situado no interior do cérebro ou nas membranas ao redor dele (*meninges*).

Esses casos precisam ser reconhecidos rapidamente, porque o sangue extravasado poderá comprimir estruturas cerebrais de importância vital para a sobrevivência.

Procure assistência médica imediatamente quando surgir:

- + Dor de cabeça forte.**
- + Desequilíbrio ao andar.**
- + Visão dupla ou borrada.**
- + Vômito.**
- + Diferença no tamanho das pupilas (as pupilas, que são os pontos escuros no centro dos nossos olhos, podem dar uma ideia do funcionamento do cérebro).**
- + Sonolência, confusão mental ou perda de consciência (desmaio).**
- + Sangramento pelo nariz ou pelo ouvido.**

ATENÇÃO

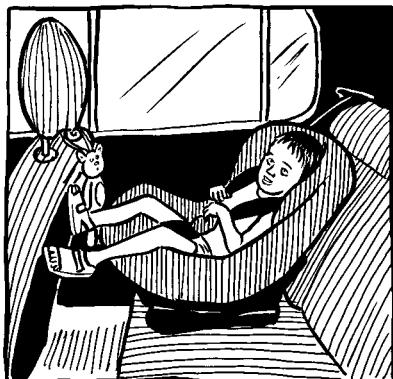
- Se o acidentado for um de seus amigos, procure mantê-lo acordado por algumas horas para verificar se esses sintomas aparecem.

O QUE VOCÊ NÃO DEVE FAZER

- Se houver afundamento dos ossos da cabeça, não tente consertar sozinho.
- Se houver suspeita de lesão nos ossos do pescoço, não mude a pessoa de posição. Peça imediatamente auxílio ao SAMU (telefone 192) ou aos bombeiros (telefone 193).

COMO PREVENIR

- Jamais se esqueça de usar o cinto de segurança (mesmo no banco traseiro do automóvel, em ônibus ou caminhões).
- Crianças com menos de 7 anos devem ser transportadas em assentos especiais adaptados aos bancos dos veículos.
- Grades de segurança em escadas e em lajes e redes de proteção nas janelas podem evitar que crianças pequenas sofram acidentes graves.
- Tome muito cuidado quando for brincar ou empinar pipa em cima de lajes que não tenham proteção.



CORTES E MACHUCADOS

Na corrente sanguínea existem plaquetas e proteínas encarregadas de formar coágulos para interromper a circulação assim que alguma artéria ou veia se romper. O mecanismo é tão perfeito que, em poucos minutos, o coágulo endurece e bloqueia o fluxo de sangue.

Uma forma de acelerar esse processo é comprimir os vasos que estão sangrando.



MACHUCADOS, CORTES SUPERFICIAIS E ESFOLADURAS

Quando há esfolamento da pele ou cortes superficiais, o próprio organismo se encarregará de cicatrizará-los, desde que você não atrapalhe.

A primeira coisa a fazer é lavar as mãos com água e sabão para não levar *germes* para a área afetada.

- + Se houver sangramento, comprima o local com gaze ou pano limpo até estancá-lo.**
- + Depois que parar de sangrar, lave o ferimento com água corrente e sabão (qualquer sabão). Procure remover terra ou outros detritos com cuidado para não traumatizar o local.**
- + NÃO aplique mercurocromo, água oxigenada, pomadas ou qualquer desinfetante no local. Apenas cubra a área com gaze ou pano limpo. Não utilize algodão, porque vai ficar grudado.**

Se o local ferido entrou em contato com a terra, é importante procurar assistência médica para saber se há necessidade de tomar uma dose de reforço da vacina contra o *tétano*.

Nos dias seguintes, se surgir vermelhidão, calor, dor, inchaço e pus no ferimento, procure um médico. Esses são sinais de infecção bacteriana.

