



C U R S O

PREVENÇÃO DE ACIDENTES DO TRABALHO

E

PRIMEIROS SOCORROS

ÍNDICE

	<i>PÁGINA</i>
• <i>INTRODUÇÃO</i>	<i>003</i>
• <i>RISCOS AMBIENTAIS</i>	<i>004</i>
• <i>MAPA DE RISCOS</i>	<i>005</i>
• <i>ACIDENTE DO TRABALHO</i>	<i>007</i>
• <i>CAUSAS DOS ACIDENTES</i>	<i>008</i>
• <i>INSPEÇÃO DE SEGURANÇA</i>	<i>009</i>
• <i>INVESTIGAÇÃO DOS ACIDENTES</i>	<i>010</i>
• <i>EQUIPAMENTO DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL - EPI</i>	<i>011</i>
• <i>COMISSÃO INTERNA DE PREVENÇÃO DE ACIDENTES – CIPA</i>	<i>013</i>
• <i>ATRIBUIÇÕES DOS CIPEIROS</i>	<i>014</i>
• <i>PREVENÇÃO E COMBATE À INCÊNDIO</i> <i>016</i>	
• <i>PRIMEIROS SOCORROS</i>	<i>020</i>

INTRODUÇÃO

A legislação sobre Segurança, Higiene e Saúde do Trabalhador no Brasil é relativamente nova. Após a edição do Decreto Lei nº 5452 de 1943, que criou a **Consolidação das Leis do Trabalho - CLT**, destacamos os seguintes fatos mais marcantes:

- ↳ Criação da Comissão Interna de Prevenção de Acidentes - CIPA, através do Decreto Lei nº 7.036 de 10 de novembro de 1.944.

- ↳ Criação da Fundação Centro Nacional de Segurança, Higiene e Medicina do Trabalho, hoje Fundação Jorge Duprat Figueiredo de Segurança e Medicina do Trabalho-FUNDACENTRO, instituída pela Lei nº 5.161 de 21 de outubro de 1.966.

- ↳ Integração do Seguro de acidentes do Trabalho à Previdência Social, através da Lei nº 5.316 de 14 de setembro de 1.967.

- ↳ Criação obrigatória dos Serviços Especializados em Engenharia de Segurança e em Medicina do Trabalho pelas empresas, através da edição da Portaria nº 3.237 de 17 de julho de 1972.

- ↳ Aprovação das Normas Regulamentadoras NR-Capítulo V, título II da CLT, através da Portaria nº 3.214 de 08 de junho de 1.978.

- ↳ Edição da Portaria nº 8 de 23 de fevereiro de 1.999 que alterou a Norma Regulamentadora nº 5 – CIPA, *atualmente em vigor*.

RISCOS AMBIENTAIS

São considerados riscos ambientais os agentes físicos, químicos, biológicos, ergonômicos e de acidentes/mecânicos que possam trazer ou ocasionar danos à saúde do trabalhador nos ambientes de trabalho, em função de sua natureza, concentração, intensidade e tempo de exposição ao agente.

Tais agentes são:

- **RISCOS FÍSICOS**

- ↳ Ruídos, vibrações, radiações ionizantes e não ionizantes, frio, calor, pressões anormais e umidade.

- **RISCOS QUÍMICOS**

- ↳ Poeiras minerais, poeiras vegetais, poeiras alcalinas, fumos metálicos, névoas, neblinas, gases, vapores e produtos químicos diversos.

- **RISCOS BIOLÓGICOS**

- ↳ Vírus, bactérias, parasitas, rickettsias, fungos e bacilos.

- **RISCOS ERGONÔMICOS**

- ↳ Monotonia, posturas incorretas, ritmo de trabalho intenso, fadiga, preocupação, trabalhos físicos pesados e repetitivos.

- **RISCOS DE ACIDENTES / MECÂNICOS**

- ↳ Arranjo físico inadequado, máquinas e equipamentos sem proteção, ferramentas inadequadas ou defeituosas, iluminação inadequada, eletricidade, probabilidade de incêndio ou explosão, armazenamento inadequado, animais peçonhentos e ausência de sinalização.

MAPA DE RISCOS

⇒ **O que é o Mapa de Riscos?**

Consiste na representação gráfica dos riscos à saúde identificados pela CIPA, em cada um dos diversos locais de trabalho de uma empresa.

⇒ **Objetivos do Mapa de Riscos**

- ⇒ reunir as informações necessárias para estabelecer o diagnóstico da situação de segurança e saúde no trabalho na empresa.
- ⇒ possibilitar, durante a sua elaboração, a troca e divulgação de informações entre os trabalhadores, bem como estimular sua participação nas atividades de prevenção.

⇒ **Quem elabora o Mapa de Riscos?**

É elaborado pelos membros da Comissão Interna de Prevenção de Acidentes - CIPA, após ouvir os trabalhadores de todos os setores produtivos da empresa, com assessoria do SESMT - Serviços Especializados em Engenharia de Segurança e em Medicina do Trabalho, quando este existir.

⇒ **Etapas de Elaboração do Mapa de Riscos**

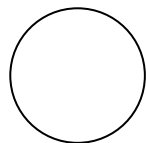
- ⇒ Conhecer o processo de trabalho no local analisado;
- ⇒ Identificar os riscos existentes no local analisado;
- ⇒ Identificar as medidas preventivas existentes e sua eficácia;
- ⇒ Identificar os indicadores de saúde (queixas mais freqüentes, acidentes de trabalho, doenças profissionais, etc.);
- ⇒ Conhecer os levantamentos ambientais já realizados no local.

⇒ **Representação gráfica do Mapa de Riscos**

- ⇒ Os riscos serão representados por círculos de tamanhos e cores diferentes que devem ser apostos sobre a planta (lay-out) do local analisado.
- ⇒ O tamanho do círculo indicará se o risco é grande, médio ou pequeno (quanto maior for o círculo, maior o risco).
- ⇒ Para cada tipo de risco os círculos serão representados por uma cor diferente, conforme segue:
 - riscos físicos: verde;
 - riscos químicos: vermelho;
 - riscos biológicos: marrom;
 - riscos ergonômicos: amarelo;
 - riscos de acidentes/mecânicos: azul.

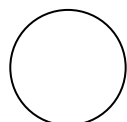
⇒ Alguns exemplos práticos:

- Num dado almoxarifado foi detectada a existência de muita poeira:



Risco grande (muita poeira)
Cor Vermelha (risco químico)

- Em uma área de escritório foram encontradas algumas cadeiras fixas, utilizadas para operação do microcomputador:



Risco médio (cadeiras fixas)
Cor Amarela (risco ergonômico)

- Na copa foi encontrado um botijão de gás:



Risco pequeno (gás de cozinha)
Cor Azul (risco de acidente/mecânico)

ACIDENTE DO TRABALHO

CONCEITO LEGAL

- ↪ A Lei nº 8.213 de 24.07.91 da Previdência Social define em seu artigo 19 que: *Acidente do Trabalho* é o que ocorre pelo exercício do trabalho a serviço da empresa, provocando lesão corporal ou perturbação funcional que cause a morte, ou perda, ou redução permanente ou temporária, da capacidade para o trabalho.

CONCEITO PREVENционISTA

- ↪ Uma ocorrência não programada, inesperada ou não, que interrompe ou interfere no processo normal de uma atividade ocasionando perda de tempo e/ou lesões nos trabalhadores e/ou danos materiais.

Portanto, mesmo as ocorrências que não resultam em lesões ou danos materiais devem ser consideradas como acidentes do trabalho.

TIPOS DE ACIDENTES

- ↪ Acidentes no exercício do trabalho.
- ↪ *Acidentes de Trajeto*: são aqueles que ocorrem no percurso da residência para o trabalho e quando voltamos do trabalho para nossa residência.
- ↪ *Doença Profissional*: é aquela produzida ou desencadeada pelo exercício do trabalho. (Ex: silicose-doença pulmonar freqüente em mineiros de carvão).
- ↪ *Doença do Trabalho*: é aquela adquirida ou desencadeada em função de condições especiais em que o trabalho é realizado e com ele se relacione diretamente. (Ex: tenossinovite).

CAUSAS DOS ACIDENTES

Os acidentes do trabalho decorrem basicamente de três causas primárias:

↪ **ATOS INSEGUROS**

- ✓ São atos executados de forma contrária às Normas de Segurança (ex.: subir em cadeira para trocar uma lâmpada).

↪ **CONDIÇÕES INSEGURAS**

- ✓ São deficiências, defeitos, irregularidades técnicas do ambiente de trabalho que podem ocasionar um acidente (ex.: escada sem corrimão, piso escorregadio).

↪ **FATORES PESSOAIS DE INSEGURANÇA**

- ✓ São as características físicas ou mentais de um indivíduo que podem interferir no trabalho que está sendo realizado (ex.: instabilidade emocional, falta de coordenação motora).

INSPEÇÃO DE SEGURANÇA

É a vistoria que se faz nos locais de trabalho, a fim de se descobrir riscos de acidentes:

↪ **INSPEÇÕES DE ROTINA**

- ✓ São inspeções normalmente efetuadas pelos membros da CIPA e que visam, acima de tudo, observar e evitar a criação de riscos conhecidos, tais como: arrumações perigosas, defeitos nos pontos vitais dos equipamentos, carpetes descolados, utilização de extensões, benjamins (“tês”), atitudes perigosas dos funcionários, etc.

↪ **INSPEÇÕES PERIÓDICAS**

- ✓ São inspeções que se fazem a intervalos regulares, principalmente para descobrir riscos já previstos, que podem caracterizar-se por desgastes, esforços e outras agressividades a que estão sujeitos móveis, máquinas, etc.

↪ **INSPEÇÕES ESPECIAIS**

- ✓ São inspeções geralmente realizadas por especialistas em Segurança do Trabalho, utilizando-se equipamentos especiais para monitoramento de agentes físicos e/ou químicos (Ex.: decibelímetro, termômetro, dosímetro, etc.).

INVESTIGAÇÃO DOS ACIDENTES

Investigar um acidente é fazer a sua análise, após a sua ocorrência, com o objetivo de descobrir as causas e tomar providências corretivas para evitar a repetição de casos semelhantes.

Para se realizar uma investigação do acidente, deve-se analisar **5** (cinco) fatores:

↪ **AGENTE DA LESÃO**

- ✓ É o local, o ambiente, o ato, enfim, o que possa ser o causador da lesão.

↪ **A FONTE DA LESÃO**

- ✓ É o objeto que, agindo sobre o organismo, provocou a lesão.

↪ **FATOR PESSOAL DE INSEGURANÇA**

- ✓ Se houver.

↪ **A NATUREZA DA LESÃO**

- ✓ Estabelecer como foi o contato entre a pessoa lesionada e o objeto ou movimento que a provocou (queimadura, corte, fratura, etc.).

↪ **A LOCALIZAÇÃO DA LESÃO**

- ✓ Permite, muitas vezes, identificar a fonte da lesão e indicar, também, certas frequências em relação a alguns fatores de insegurança.

E.P.I.

EQUIPAMENTO DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL

Considera-se Equipamento de Proteção Individual - EPI, todo dispositivo de uso individual, de fabricação nacional ou estrangeira, destinado a proteger a saúde e a integridade física do trabalhador.

✓ **CABE AO EMPREGADOR**

Fornecer aos empregados, *gratuitamente*, Equipamento de Proteção Individual aprovado pelo Ministério do Trabalho - MTb, adequado ao risco e em perfeito estado de conservação e funcionamento, sempre que as medidas de ordem geral não ofereçam completa proteção contra os riscos de acidentes e danos à saúde dos empregados.

✓ **CABE AO EMPREGADO**

- Usá-lo apenas para a finalidade a que se destina;
- Responsabilizar-se por sua guarda, conservação e higienização;
- Comunicar ao empregador qualquer alteração que o torne impróprio para uso;
- Constitui ato faltoso do empregado a recusa injustificada do uso do E.P.I.

✓ **OBSERVAÇÃO**

Todo E.P.I. deverá apresentar, em caracteres indelévels e bem visíveis, o nome comercial da empresa fabricante ou da empresa importadora, e o número de C.A. (*)

(*) - C.A. - *Certificado de Aprovação, expedido pelo Ministério do Trabalho e Emprego - MTE.*

E.P.I.'s MAIS UTILIZADOS

TIPO DE PROTEÇÃO	FINALIDADE	EQUIPAMENTO INDICADO
PROTEÇÃO PARA A FACE	contra riscos de impacto de partículas, respingos de produtos químicos, ação de radiação calorífica ou luminosa (infra-vermelho, ultra-violeta e calor).	<ul style="list-style-type: none"> - óculos de segurança (para maçariqueiros, rebarbadores, esmerilhadores, soldadores, torneiros). - Máscaras e escudos (para soldadores).
PROTEÇÃO PARA O CRÂNIO	contra riscos de queda de objetos batidas, batidas por choque elétrico, cabelos arrancados, etc.	<ul style="list-style-type: none"> - capacete de segurança
PROTEÇÃO AUDITIVA	contra níveis de ruído que ultrapassem os limites de tolerância.	<ul style="list-style-type: none"> - protetores de inserção (moldáveis ou não) - protetores externos (tipo concha)
PROTEÇÃO RESPIRATÓRIA	contra gases ou outras substâncias nocivas ao organismo que tenham por veículo de contaminação as vias respiratórias.	<ul style="list-style-type: none"> - respiradores com filtros mecânicos, químicos ou com a combinação dos dois tipos, etc.
PROTEÇÃO DO TRONCO	contra os mais variados tipos de agentes agressores.	<ul style="list-style-type: none"> - aventais de napa ou couro, de PVC, de lona e de plástico, conforme o tipo de agente.
PROTEÇÃO DOS MEMBROS SUPERIORES	contra materiais cortantes, abrasivos, escoriantes, perfurantes, térmicos, elétricos, químicos, biológicos e radiantes que podem provocar lesões nas mãos ou provocar doenças por intermédio delas.	<ul style="list-style-type: none"> - luvas de malhas de aço, de borracha, de neoprene e vinil, de couro, de raspa, de lona e algodão, Kevlar, etc.
PROTEÇÃO DOS MEMBROS INFERIORES	contra impactos, eletricidade, metais em fusão, umidade, produtos químicos, objetos cortantes ou pontiagudos, agentes biológicos, etc.	<ul style="list-style-type: none"> - sapatos de segurança - perneiras - polainas - botas (com biqueiras de aço, isolantes, etc., fabricados em couro, lona, borracha, etc.

C.I.P.A.

COMISSÃO INTERNA DE PREVENÇÃO DE ACIDENTES

A CIPA, foi criada em 1944, no governo de Getúlio Vargas.

Tem como objetivo primordial *“prevenir os acidentes e as doenças do trabalho”*.

A atual legislação que a regulamenta é a Portaria nº 8, editada pelo Ministério do Trabalho e Emprego - MTE em 23.02.99.

A CIPA é composta de representantes do empregador e dos empregados, titulares e suplentes, de acordo com as proporções mínimas estabelecidas nos Quadros da NR-5,

ATRIBUIÇÕES DOS CIPEIROS

Os membros da CIPA têm as seguintes atribuições:

- ↪ Identificar os riscos do processo de trabalho, e elaborar o mapa de riscos, com a participação do maior número de trabalhadores, com assessoria do SESMT (Serviço Especializado em Engenharia de Segurança e em Medicina do Trabalho), onde houver.
- ↪ Elaborar plano de trabalho que possibilite a ação preventiva na solução de problemas de segurança e saúde no trabalho.
- ↪ Participar da implementação e do controle da qualidade das medidas de prevenção necessárias, bem como da avaliação das prioridades de ação nos locais de trabalho.
- ↪ Realizar, periodicamente, verificações nos ambientes e condições de trabalho visando a identificação de situações que venham a trazer riscos para a segurança e saúde dos trabalhadores.
- ↪ Realizar, a cada reunião (mensal), avaliação do cumprimento das metas fixadas em seu plano de trabalho e discutir as situações de risco que foram identificadas.
- ↪ Divulgar aos trabalhadores informações relativas à segurança e saúde no trabalho.
- ↪ Participar, com o SESMT, onde houver, das discussões promovidas pelo empregador, para avaliar os impactos de alterações no ambiente e processo de trabalho relacionados à segurança e saúde dos trabalhadores.

- ↪ Requerer ao SESMT, quando houver, ou ao empregador, a paralisação de máquina ou setor onde considere haver risco grave e iminente à segurança e saúde dos trabalhadores.

- ↪ Colaborar no desenvolvimento e implementação do PCMSO (NR-7) e PPRA (NR-9) e de outros programas relacionados à segurança e saúde no trabalho.

- ↪ Divulgar e promover o cumprimento das Normas Regulamentadoras, bem como cláusulas de acordos e convenções coletivas de trabalho, relativas à segurança e saúde no trabalho.

- ↪ Participar, em conjunto com o SESMT, onde houver, ou com o empregador da análise das causas das doenças e acidentes de trabalho e propor medidas de solução dos problemas identificados.

- ↪ Requisitar ao empregador e analisar as informações sobre questões que tenham interferido na segurança e saúde dos trabalhadores.

- ↪ Requisitar à empresa as cópias das CAT emitidas.

- ↪ Promover, anualmente, em conjunto com o SESMT, onde houver, a Semana Interna de Prevenção de Acidentes do Trabalho – SIPAT.

- ↪ Participar, anualmente, em conjunto com a empresa, de Campanhas de Prevenção da AIDS (e de combate ao tabagismo).

PREVENÇÃO E COMBATE À INCÊNDIOS

As instruções a seguir, têm por finalidade dar algumas noções teóricas quanto ao emprego dos equipamentos portáteis de combate a incêndio.

☞ **FOGO**

É o resultado de uma reação química decorrente da combinação de três elementos, constituindo o chamado “Triângulo do Fogo”:

☞ **COMBUSTÍVEL**

É o elemento que serve de alimento ao fogo e pode ser:

☞ *Sólido*: tecido, madeira, papel, etc.

☞ *Líquido*: gasolina, álcool, éter, óleo, diesel, etc.

☞ *Gasoso*: gás de cozinha, gás de rua, etc.

☞ **OXIGÊNIO**

Também chamado de *comburente*, é outro elemento do fogo e está presente na natureza, é ele que dá vida às chamas.





☞ **CALOR**

É o último elemento, cabendo a ele a missão de *iniciar a combustão*.

Observação: a não existência de qualquer um destes elementos não propicia o aparecimento do fogo.

ASPECTO LEGAL

De acordo com a Norma Regulamentadora Nº 23 - Proteção Contra Incêndios, todas as empresas deverão possuir:

-  Proteção contra incêndios .
-  Saídas suficientes para uma rápida evacuação do prédio.
-  Equipamentos suficientes para combater o fogo no seu início.
-  Pessoas treinadas no uso correto dos equipamentos (extintores, hidrantes, etc.).

PREVENÇÃO

O principal objetivo da prevenção é impedir o aparecimento de um princípio de incêndio, seja dificultando o seu desenvolvimento ou proporcionando sua extinção.

HIERARQUIA DE AÇÕES

Em caso de incêndio deve-se adotar os seguintes procedimentos:

- Acionar o Corpo de Bombeiro;
- Iniciar o abandono do estabelecimento;
- Combater o fogo.

CLASSIFICAÇÃO DOS INCÊNDIOS

CLASSE CATEGORIA	MATERIAL	MÉTODO DE EXTINÇÃO TIPO DE EXTINTOR
A - (I)	Material combustível comum: papel, madeira, tecido, etc. que ao queimarem, deixam resíduos	Resfriamento: água ou extintor que contenha água.
B - (II)	Líquidos inflamáveis: gasolina, óleos, tintas, graxas, etc., que ao queimarem não deixam resíduos	Abafamento: extintores que abafam ou isolam o líquido inflamável do ar: pó químico, espuma, CO-2
C - (III)	Equipamentos elétricos energizados	Extintores não condutores de corrente elétrica, ou seja, não contenham água: CO-2 e pó químico seco.
D - (IV)	Metais Pirofóricos: magnésio, tungstênio, titânio, zircônio	Areia, compostos químicos especiais, grafite, limalha de ferro ou sal-gema.

QUADRO COMPARATIVO (CARACTERÍSTICAS DOS EXTINTORES)

CATEGORIA DE INCÊNDIO	EXTINTOR			
	PÓ QUÍMICO SECO	ESPUMA(*)	CO ₂	ÁGUA
A - (I) MADEIRA, TECIDOS, PAPÉIS, ETC.	Não; mas controla inícios de incêndio	Sim	Não; mas controla pequenos focos	Sim
B - (II) ÓLEOS, GASOLINA, TINTAS, GRAXAS, ETC.	Sim	Sim	Sim	Não
C - (III) EQUIPA. ELÉTRICO ENERGIZADO	Sim	Não	Sim	Não
D - (IV) METAIS PIROFÓRICOS	Agentes extintores: areia, compostos químicos especiais, grafite, limalha de ferro ou sal-gema			
E - (V) INCÊNDIOS NUCLEARES	Extinção Específica			

(*) Espuma Mecânica

PRIMEIROS SOCORROS

Abaixo fornecemos noções básicas, simples e importantes para o atendimento de primeiros socorros.

É bom lembrar que a vida do acidentado depende do modo e da rapidez com que tais atendimentos são dados.

↪ **Hemorragia**

Toda a vez que o sangue sair do interior das veias ou artérias provoca **hemorragia**.

Características:

- Quando se nota que o sangue jorra ou espirra em jato sabemos que houve lesão de artéria e o sangue é de cor vermelho vivo;
- Quando o sangue flue continuamente sem jatos, a lesão foi das veias e sua cor é vermelho escuro azulado;
- Quando o sangue é visto sair do ferimento, dizemos tratar-se de **hemorragia externa**, em caso contrário a hemorragia é chamada **interna**.

Tratamento:

↪ nas hemorragias de pequena intensidade em braços e pernas:

- eleva-se o membro ferido, fazendo compressão com gaze ou pano limpo.

↪ nas hemorragias abundantes:

- o procedimento deve ser rápido e seguro, iniciando por cortar ou rasgar rapidamente as roupas para que o ferimento fique bem exposto;
- Em seguida com gaze ou mesmo uma toalha fazer compressão sobre a ferida;
- As hemorragias das pernas, braços e dedos podem ser controladas por meio de garrote (gravata, lenço ou tira de pano).

↪ nas hemorragias nasais (epistaxes):

- desapertar as roupas e retirar gravatas;
- colocar o acidentado em posição recostada e com a cabeça elevada;
- comprimir com o dedo indicador a asa do nariz contra o septo nasal durante 5 a 10 minutos.

↪ nas hemorragias de pescoço:

- comprimir o local com gaze e nunca usar garrote.

↪ **Queimaduras**

As queimaduras são lesões produzidas pelo excesso de calor, eletricidade ou produtos químicos (ácidos, bases).

Classificação:

↪ Podem ser de 1º, 2º e 3º graus e são tanto mais graves quanto mais extensas as áreas do corpo atingidas.

Tratamento:

- ↪ cobrir o local queimado com gaze;
- ↪ nas queimaduras extensas, procurar envolvê-las com panos, lençóis limpos ou plásticos;
- ↪ se a queimadura for produzida por embebição da roupa com ácidos ou bases, retirá-la, imediatamente, e lavar com água corrente a superfície atingida;
- ↪ nunca usar no local queimado qualquer “remédio caseiro”;
- ↪ não perfurar bolhas;
- ↪ encaminhar para avaliação médica.

↪ **Insolação e Intermação**

Características:

- ↪ A insolação é provocada pela ação direta dos raios solares;
- ↪ A intermação é devida a proximidade da fonte de calor, como por exemplo, fornos utilizados por fundidores, maquinistas, foguistas, etc.

Tratamento:

- retirar a roupa do doente;
- colocá-lo na sombra ou ambiente fresco e arejado;
- promover hidratação, se necessário.

↪ **Desmaios**

Características:

- ↪ São causados por diversos motivos, tais como:
 - fraqueza;
 - jejum prolongado;
 - posição erecta imóvel.

Tratamento:

- desapertar as roupas da vítima e colocá-la em lugar arejado;
- falar com a vítima no sentido de respirar fundo, abaixando forçadamente sua cabeça para a frente, colocando-a entre as pernas, em nível mais baixo do que os joelhos;
- pode-se também, manter a vítima deitada de costas, procurando deixar a cabeça em nível mais baixo do que o restante do corpo.

↪ **Ferimento dos Olhos**

Características:

- ↪ São causados por corpos estranhos como limalha de ferro, poeira, insetos, esmeril, materiais ácidos, cáusticos, etc.

Tratamento:

- não tentar retirar o corpo estranho;
- nos casos de materiais ácidos, ou cáusticos, lavar imediatamente o olho atingido em água corrente;
- fazer tamponamento e encaminhar a vítima para atendimento médico.

↳ **Lesões nos ossos e articulações**

↳ **Lesões na coluna:**

- mantenha a vítima agasalhada e imóvel.
- não mexa e não deixe ninguém tocar na vítima.
- nunca vire uma pessoa com suspeita de fratura na coluna;
- observe os sinais vitais;
- o transporte tem de ser feito em maca ou padiola, evitando-se ao máximo curvar o corpo do acidentado;
- durante o transporte em veículos, evitar balanços e freadas bruscas para não agravar a lesão;
- quando a lesão for no pescoço, enrolar ao redor do mesmo, sem apertar, uma camisa, toalha ou outro pano, para imobilizá-lo.

↳ **Fraturas:**

Em caso de fraturas, o primeiro socorro consiste apenas em impedir o deslocamento das partes quebradas para se evitar maiores danos.

Características:

- fraturas fechadas: quando o osso se quebrou mas a pele não foi perfuradas;
- fraturas expostas: quando o osso está quebrado e a pele rompida.

Providências:

↪ nas fraturas fechadas:

- manter o membro acidentado na posição em que foi encontrado, procurando não corrigir desvios;
- Colocar talas sustentando o membro atingido, de forma que estas tenham comprimento suficiente para ultrapassar as juntas acima e abaixo da fratura;
- qualquer material rígido pode ser empregado como tala (tábua, papelão, vareta de metal, revista ou jornal dobrado);
- usar panos ou material macio para acolchoar as talas, a fim de evitar danos a pele;
- amarrar as talas com ataduras ou tiras de pano, não muito apertadas, na extremidade da junta abaixo da fratura e na extremidade da junta acima da fratura.

↪ nas fraturas expostas:

- colocar uma gaze, um lenço ou um pano limpo sobre o ferimento;
- fixar firmemente o curativo no lugar, utilizando-se para isso, de uma gravata, tira de pano, etc.;
- no caso de hemorragia grave siga as instruções vistas anteriormente;
- manter a vítima deitada;
- aplicar talas, conforme descrito para as fraturas fechadas, sem tentar puchar o membro ou fazê-lo voltar a sua posição natural;
- transportar a vítima para um médico ou hospital, conforme instruções anteriores, após a fratura ter sido imobilizada.

↪ Luxações ou Deslocamentos:

- Toda vez que os ossos de uma articulação ou junta saírem de seu lugar proceda como no caso de fraturas fechadas.
- Colocar o braço em uma tipóia quando houver luxação do ombro, cotovelo ou punho;
- encaminhar para atendimento médico.

↪ Entorses:

- Tratar como se houvesse fratura fechada;
- aplicar gelo e compressas frias;
- encaminhar para atendimento médico.

↪ **Intoxicações:**

Tipos:

- por ingestão;
- por inalação;
- por contaminação da pele.

Providências:

- observar evidências no local (frasco de veneno, comprimidos, etc.);
- avaliar sinais vitais e nível de consciência;
- remover a vítima para local arejado, quando houver contaminação do meio ambiente;
- retirar a roupa e lavar com água corrente, quando houver contaminação da pele;
- não provocar vômitos se a vítima ingeriu gasolina, querosene, ácidos, soda cáustica ou se ainda estiver inconsciente ou apresentando convulsões;
- não ofereça líquidos e nem antídotos caseiros;
- encaminhar a vítima para atendimento médico.

👉 **Ressuscitação Cárdio Pulmonar - RCP**

A RCP é um conjunto de medidas que devem ser seguidas no caso de haver uma parada cardíaca e/ou respiratória até que se transporte a vítima ao local adequado para atendimento médico.

↪ **Parada Respiratória:**

↪ Quando ocorre a ausência total de respiração;
A pessoa morrerá se a respiração não for imediatamente reestabelecida.

↪ **Sinais da Parada Respiratória:**

- ausência da expansão torácica;
- ausência da saída de ar pela narina ou boca.

↪ **Providências:**

- aproximar o ouvido da face da vítima para tentar ouvir se há passagem de ar; ou
- colocar um espelho ou algum objeto de vidro à frente da boca e narinas da vítima e se este não ficar embaçado estará constatada a parada respiratória;
- aplicar imediatamente 04 (quatro) insufladas de ar e para isto:
- colocar a vítima na posição correta (deitada de costas apoiando o seu pescoço com uma mão e com a outra pressione a testa para baixo;
- manter a cabeça nesta posição, tampar as narinas e assoprar vigorosamente dentro da boca da vítima (posicionar os lábios de forma que abranja toda a boca da vítima para que não haja escape de ar);
- em crianças, abranja com os lábios a boca e a narina;
- entre cada insuflada de ar, retire a boca para não dificultar o retorno do ar (expiração);

- após as 04 (quatro) primeiras insufladas contínuas, manter a respiração num ritmo de 12 (doze) a 16 (dezesesseis) por minuto;
- quando a parada respiratória for causada por gases venenosos, vapores químicos ou falta de oxigênio, remover a vítima para local arejado antes de iniciar a respiração;
- quando a parada respiratória for causada por afogamento, retirar, se possível, a vítima da água ou removê-la para um barco ou para um local mais razoável para iniciar a respiração;
- quando a parada respiratória for causada por sufocamento por saco plástico, rasgar o plástico e iniciar imediatamente a respiração;
- quando a parada respiratória for causada por choque elétrico, interromper ou separar a vítima da corrente antes de iniciar a respiração.

↪ **Parada Cardíaca:**

↪ **Sinais da Parada Cardíaca:**

- ausência de batimentos do coração;
- ausência de pulsação (carotídea, femoral ou radial);
- acentuada palidez.

↪ **Providências:**

- colocar a vítima deitada de costas sobre superfície dura;
- colocar as duas mãos sobrepostas e com os dedos entrelaçados na metade inferior do esterno da vítima;
- fazer a seguir uma pressão com bastante vigor, para que o esterno baixe mais ou menos 05 (cinco) centímetros e comprima o coração de encontro à coluna vertebral (descomprima em seguida);
- repetir a manobra tantas vezes quantas necessárias (cerca de 60 (sessenta) compressões por minuto).
- em bebês fazer pressão apenas com 02 (dois) dedos para se evitar fraturar as costelas.

↪ **Parada Cárdio-Respiratória:**

Se houver ao mesmo tempo parada cárdio-respiratória, deve-se executar massagem cardíaca associada à respiração boca a boca, da seguinte maneira:

- ↪ fazer 15 (quinze) massagens cardíacas e sem interrupção, aplicar 02 (duas) respirações boca a boca, repetindo este ciclo tantas vezes quantas necessárias (isto se estiver sozinho prestando socorro);
- ↪ fazer 05 (cinco) massagens cardíacas enquanto o segundo socorrista aplica uma respiração boca a boca (caso estejam em dois socorristas);
- ↪ caso necessário, continuar estes procedimentos enquanto a vítima estiver sendo transportada para o hospital.