

## Vamos aprender os procedimentos de primeiros socorros

No caso de desastre como terremoto em que terão muitos feridos ao mesmo tempo, podendo se encontrar numa situação na qual, não possam contar com a assistência imediata de um pronto-socorro. Para superar este momento, vamos aprender as medidas de primeiros socorros.

### O método hemostático (estancamento de sangramento)

Ao ver sangrar muito, facilmente se surpreende e se atrapalha. Porém, deve manter a calma, e faça imediatamente os tratamentos de primeiros socorros. No caso de um adulto, normalmente, perder cerca de 400ml de sangue não causaria problema grave; porém ao perder acima de 1 / 3 da sangue do corpo todo (cerca de 1,500ml) correrá risco de vida. Observe de onde, como, e a quantidade da hemorragia que está saindo.

- Se hemorragia é abundante (em jatos) ⇒ Hemorragia arterial. Faça estancamento da hemorragia urgentemente.
- Se a hemorragia é de jorrar ⇒ Hemorragia venosa. Faça o estancamento da hemorragia imediatamente.
- Se é um simples escorrimento de sangue.

#### <O método hemostático de pressão direta>

- Coloque, na parte lesada, uma gaze ou um pano limpo com tamanho suficiente para cobri-la e a pressione firmemente.
- Mantenha elevada a parte lesada à uma posição mais alta que a altura do coração.



#### <O método hemostático de pressão indireta>

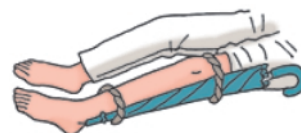
No caso da hemorragia abundante (arterial), comprima a artéria, que fica entre a ferida e o coração contra osso, até poder preparar o método hemostático de pressão direta.

- O lado interior do
- O centro da axila
- A raiz do pulso
- Ambos lados do dedo
- A raiz da coxa



### Fratura

- Depois de colocar a tala na parte da fratura para fixá-la, transporte-o até o hospital.
- Caso não encontre uma tala propícia, substitua com objetos acessíveis como tábua, revista, guarda-chuva ou papelão, etc.



### Queimadura

- Esfrie a ferida em água corrente.
- Caso esteja sensível, imerse na água a parte da queimadura, para não sofrer pressão da corrente d'água.
- Caso se queime por cima da roupa, jorre água devagar sobre a roupa.
- Caso sofra de queimadura extensa, jorre água com uma mangueira ou balde, ou esfrie com o lençol limpo molhado na água.
- Caso a criança sofra de queimadura extensa, esfrie-a na água da banheira, exceto em estações muito frias.



Além disso, pode-se encontrar em situações em que necessita executar a respiração artificial ou massagem no coração. É preciso aprender os métodos de ressuscitação cárdio-pulmonar nos cursos realizados pelo quartel de bombeiros, nos municípios e na Cruz Vermelha. Há alguns grupos de salto de mergulho de grande escala em que realizam cursos de salva-vidas.