

**PROFEPT**

MESTRADO PROFISSIONAL EM  
EDUCAÇÃO PROFISSIONAL E TECNOLÓGICA

**INSTITUTO FEDERAL**  
**Mato Grosso do Sul**



PRODUTO EDUCACIONAL

# **Primeiros Socorros Para Trabalhadores da Educação**

IFMS



SUELLEN DE OLIVEIRA PANIAGO MONTEIRO

ORIENTADOR: FABRÍCIO CESAR DE PAULA RAVAGNANI

M775p Monteiro, Suellen de Oliveira Paniago  
Primeiros Socorros para trabalhadores da educação / Suellen de  
Oliveira Paniago Monteiro. – Campo Grande-MS, 2025.  
180 f. ; 29 cm.

Produto educacional (Mestrado em Educação Profissional e  
Tecnológica) – Programa de Pós-Graduação em Educação Profissional e  
Tecnológica, Instituto Federal de Mato Grosso do Sul-IFMS, Campus  
Campo Grande, 2025.

Orientador: Prof. Dr. Fabrício César de Paula Ravagnani.

1. Curso online. 2. Primeiros Socorros. 3. Material potencialmente  
significativo. I. Ravagnani, Fabrício César de Paula. II. Instituto Federal de  
Mato Grosso do Sul. Programa de Pós-Graduação em Educação  
Profissional e Tecnológica. III. Título.

CDD 23. ed. 373.1

# ÍNDICE

Sobre os Autores	02
Ementa	03
Objetivos	04
Metodologia	05
Boas Vindas	06
Módulo 01	07
Módulo 02	15
Módulo 03	36
Módulo 04	55
Módulo Extra	73
Considerações Finais	80
Referências	82
Atividades Referente Ao Módulo 1	88
Atividades Referente Ao Módulo 2	94
Atividades Referente Ao Módulo 3	100
Atividades Referente Ao Módulo 4	106
Atividades Referente Ao Módulo Extra	112
Banco de Questões	118

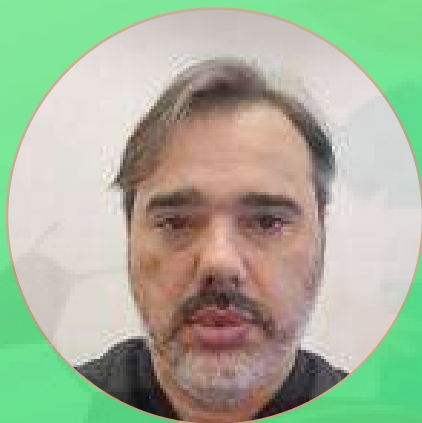


# S O B R E O S A U T O R E S



## *Suellen de Oliveira Paniago Monteiro*

*É bacharel em Enfermagem pela Universidade Federal de Mato Grosso do Sul - UFMS. Especialista em Gestão em Saúde pela Universidade Federal de Mato Grosso do Sul - UFMS (2014). Especialista em Saúde Pública e Auditoria em Saúde pela Faculdade Famart (2022). Atualmente enfermeira no Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Mato Grosso do Sul*



## *Fabrício Cesar de Paula Ravagnani*

*Possui graduação em Educação Física pela Escola Superior de Educação Física de Avaré (2000), mestrado em Educação Física pela Universidade Metodista de Piracicaba (2006) e especialização em Educação Física Escolar pela Universidade Federal de Mato Grosso (2010). Concluiu o doutorado em Saúde e Desenvolvimento na Região Centro-Oeste pela Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (2011) e realizou pós-doutorado em Ciência do Exercício na University of South Carolina (2015). Atualmente, é docente do Programa de Pós-Graduação em Educação Profissional e Tecnológica (ProfEPT) do Instituto Federal de Mato Grosso do Sul (IFMS).*

# E M E N T A

O curso prevê a capacitação de profissionais da Educação Básica para o conhecimento e a aplicação de procedimentos de primeiros socorros em situações de urgência e emergência no ambiente escolar, em conformidade com a Lei nº 13.722/2018 (Lei Lucas). A proposta contempla fundamentos teóricos e práticos, com ênfase na atuação imediata e segura diante de acidentes e agravos à saúde, favorecendo a promoção de um ambiente escolar mais protegido e preparado.

# OBJETIVOS

- ♦ Capacitar os trabalhadores da educação para realizarem atendimentos de primeiros socorros em diversas situações de emergência, como engasgamento, quedas, queimaduras, fraturas, paradas cardiorrespiratórias, entre outras.
- ♦ Fornecer conhecimento sobre a importância do atendimento rápido e adequado, diminuindo os riscos e aumentando as chances de uma recuperação completa.
- ♦ Atender à exigência da Lei Lucas, proporcionando a formação necessária para todos os profissionais da educação em sua rotina de trabalho escolar.

# M E T O D O L O G I A

O curso adota uma metodologia autoinstrucional, que combina momentos de estudo individual com atividades interativas, como estudos dirigidos, questionários online e propostas de reflexão sobre situações do cotidiano escolar. O material foi elaborado de forma a favorecer a aprendizagem significativa, conectando os novos conteúdos aos conhecimentos prévios dos participantes.

Os conteúdos estão organizados em seções temáticas, disponibilizados em formato digital e complementados por recursos audiovisuais, mapas conceituais e materiais de apoio. Todo o percurso pode ser realizado no ritmo de cada cursista, que assume responsabilidade pelo próprio aprendizado.

Por se tratar de um curso sem tutoria, cabe ao participante organizar-se de forma autônoma, gerenciar seu tempo e aplicar os conhecimentos adquiridos, de modo a garantir o bom aproveitamento e a efetiva apropriação das práticas de primeiros socorros no ambiente escolar.

# BOAS VINDAS

Seja bem-vindo(a) ao curso Primeiros Socorros para Trabalhadores da Educação. Vivemos em um tempo em que a segurança e o cuidado com a vida no ambiente escolar tornaram-se uma necessidade urgente, e a formação em primeiros socorros é uma ferramenta essencial para promover uma escola mais preparada e protegida.

A capacitação em primeiros socorros desempenha um papel fundamental na Educação Profissional e Tecnológica, permitindo que os trabalhadores da educação estejam aptos a agir com responsabilidade, segurança e agilidade em situações de emergência, além de atenderem às exigências da Lei nº 13.722/2018 (Lei Lucas).

Ao longo deste curso, vamos estudar, refletir e analisar como pequenas ações imediatas podem fazer grande diferença diante de acidentes e imprevistos. O objetivo é contribuir para o desenvolvimento integral da comunidade escolar, fortalecer a cultura de prevenção e cuidado, e incentivar uma prática educativa comprometida com a proteção da vida e com a construção de um ambiente escolar mais seguro e acolhedor.



# MÓDULO 1

## Introdução e Anatomia Básica

# NOÇÕES INICIAIS DE PRIMEIROS SOCORROS

## 1. O que são Primeiros Socorros?

Os primeiros socorros são um conjunto de procedimentos aplicados imediatamente para manter a vítima de um acidente ou mal súbito em condições estáveis até a chegada do atendimento especializado. São ações que podem salvar vidas e minimizar riscos de sequelas.



## 2. Princípios Básicos dos Primeiros Socorros

- Manter a calma para evitar pânico.
- Avaliar a segurança do local e da vítima.
- Acionar o serviço de emergência quando necessário (SAMU - 192 ou Bombeiros - 193).
- Prestar os cuidados iniciais, de acordo com a situação da vítima.
- Não mover a vítima sem necessidade, de modo a evitar o agravamento de possíveis lesões.

### Exemplo prático:

🔴 **Situação:** Durante o recreio, um estudante cai no pátio e bate a cabeça no chão. Ele está consciente, mas sente tontura e dor.

#### ✅ O que fazer?

🪑 Mantenha-o sentado e tranquilo.

👁️ Observe sinais de **desmaio** 🤪 ou **vômito** 🤢.


☎️ Se os sintomas piorarem, **chame o SAMU (192)** 🚑.

## 3. Como Agir Diante de uma Emergência

1. Avalie a segurança do local e da vítima antes de intervir.
2. Verifique o nível de consciência da vítima e seus sinais vitais.
3. Acione o serviço de emergência, se necessário.
4. Realize os procedimentos adequados, como controle de sangramento, desobstrução das vias aéreas ou RCP.

## 4. Principais Tipos de Emergências

- Engasgo: bloqueio das vias aéreas por alimentos ou objetos.

- 
- Desmaio: perda temporária da consciência por diversas causas.
  - Convulsões: movimentos involuntários causados por atividade elétrica anormal no cérebro.
  - Hemorragias: perda significativa de sangue que exige controle imediato.
  - Queimaduras: lesões térmicas que necessitam de resfriamento e proteção da área afetada.

## 5. Conclusão

A rápida e correta aplicação dos primeiros socorros pode ser a diferença entre uma recuperação segura e uma complicação grave. Nos próximos módulos, aprofundaremos cada um desses temas com técnicas e protocolos específicos.

---

### ATENDIMENTO INICIAL: A IMPORTÂNCIA DA AVALIAÇÃO DA CENA

Nos primeiros socorros, a segurança do socorrista deve ser a prioridade. Antes de qualquer ação, é essencial manter a calma e evitar atitudes que possam colocar sua vida em risco. A eficácia do atendimento depende da correta aplicação das medidas iniciais, que começam com a **avaliação da cena**.

#### Avaliação da Cena

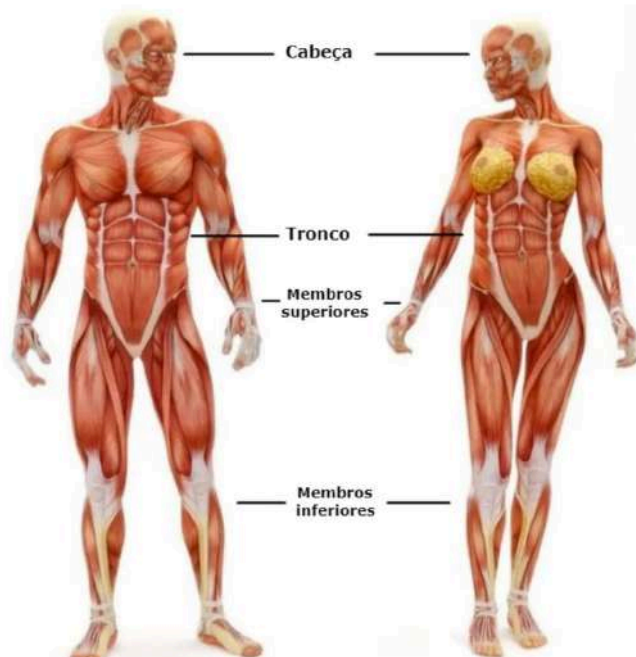
**Antes de ajudar alguém, verifique se o local é seguro para você e para a vítima.** Isso é essencial! A avaliação da cena é o primeiro passo no atendimento. Olhe ao redor, identifique possíveis riscos e, só então, preste socorro. Garantir um ambiente seguro reduz riscos e permite que a ajuda seja mais organizada e eficaz.

#### Passos essenciais na avaliação da cena:

- Chamar ajuda:** acione os serviços de emergência (SAMU - 192 ou Bombeiros - 193).
- Observar o ambiente:** identifique possíveis riscos, como fios elétricos expostos, vazamento de gás ou tráfego intenso.
- Garantir espaço seguro:** afaste curiosos para facilitar o atendimento.
- Não mover** a vítima sem necessidade.
- Tranquilizar a vítima:** oferecer conforto emocional ajuda a reduzir o impacto do trauma.

**IMPORTANTE:** a **avaliação da cena** é essencial para garantir que o socorrista possa agir com segurança e eficiência.

# NOÇÕES DE ANATOMIA BÁSICA



Fonte: <https://www.todamateria.com.br/corpo-humano/?hl=pt-BR>.

Para um atendimento adequado, é importante conhecer as estruturas do corpo humano.

Principais estruturas relacionadas aos primeiros socorros:

- Vias aéreas: laringe, faringe, glote e epiglote.
- Locais de Pulso: carotídeo (pescoço), radial (pulso) e femoral (virilha).
- Pontos de Compressão em Hemorragias: artéria braquial e artéria femoral.

**DICAS PRÁTICAS:** se verificar a respiração de uma vítima inconsciente, incline levemente sua cabeça para trás e observe se o peito sobe e desce.

## Cabeça

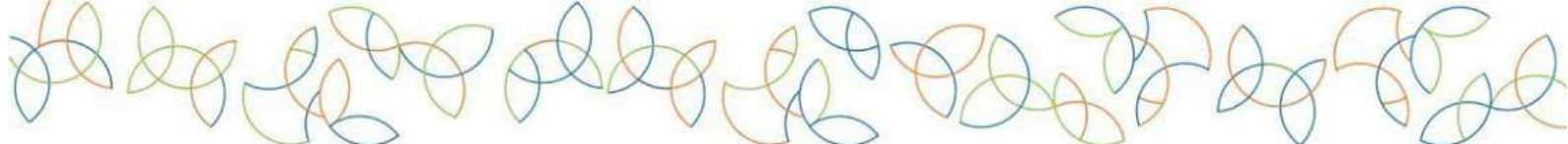
### 1. Estrutura:

- **Crânio:** protege o cérebro e é formado por ossos, como o frontal, parietais, temporais, occipital e outros. O crânio é responsável por absorver choques e proteger o cérebro de lesões.
- **Cérebro:** o cérebro controla todas as funções do corpo e é muito sensível a traumas. O cérebro é dividido em várias partes responsáveis por funções específicas, como o controle motor, percepção sensorial e funções cognitivas.
- **Olhos, ouvidos, nariz e boca:** estruturas sensoriais vitais que podem ser afetadas por lesões na cabeça.

### 2. Lesões Comuns:

- **Traumatismo craniano:** pode ocorrer devido a quedas, acidentes de trânsito ou impactos diretos. Lesões podem variar de leves (como uma concussão) a graves (como fraturas de crânio).
- **Contusões e lacerações:** cortes no couro cabeludo ou em torno da área facial



- 
- podem causar sangramentos abundantes.
  - **Fraturas faciais:** quebras nos ossos do rosto, como o nariz ou a mandíbula, são comuns em acidentes.
  - **Lesões nos olhos:** oculares são muito delicadas e podem ser comprometidas por impactos diretos.

#### Primeiros Socorros:

- **Avaliação da consciência:** se a pessoa estiver inconsciente ou confusa, é importante verificar a respiração e manter a cabeça e o pescoço imobilizados.
- **Imobilização do pescoço:** caso haja suspeita de lesão na coluna cervical (em quedas ou acidentes), o pescoço deve ser imobilizado até a chegada do socorro.
- **Controle de sangramento:** em caso de lacerações no couro cabeludo ou face, aplique pressão direta com um pano limpo ou gaze. Se houver fratura exposta ou sangramento intenso, busque ajuda médica imediata.
- **Monitoramento de sintomas:** sintomas, como vômito, tontura, dor de cabeça intensa ou dificuldade de concentração, podem indicar uma lesão cerebral grave, como uma concussão ou hemorragia.

---

## Tronco (Tórax e Abdômen)

### 1. Estrutura:

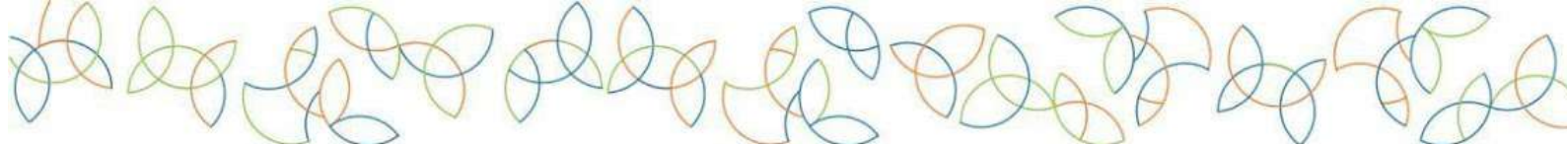
- **Tórax:** contém órgãos vitais, como o coração e os pulmões. O esterno e as costelas protegem esses órgãos contra impactos. As costelas estão conectadas à coluna vertebral e ao esterno por articulações e músculos.
- **Abdômen:** contém órgãos importantes, como o estômago, intestinos, fígado, pâncreas, baço e rins. O abdômen é uma área sensível, e qualquer trauma pode causar lesões internas graves.

### 2. Lesões Comuns:

- **Fraturas nas costelas:** são comuns em acidentes e podem comprometer a função respiratória, além de causar dor intensa.
- **Lesões pulmonares:** o trauma no tórax pode perfurar o pulmão, levando a pneumotórax (ar no espaço pleural), que causa falta de ar e pode ser fatal.
- **Contusões torácicas:** podem ocorrer em acidentes e afetam órgãos vitais, como o coração e pulmões.
- **Lesões abdominais:** traumas diretos no abdômen podem resultar em lesões nos órgãos internos, como o fígado, baço, intestinos e rins.
- **Peritonite:** se houver perfuração de órgãos no abdômen, pode ocorrer uma infecção grave, que precisa de atendimento médico urgente.

### 3. Primeiros Socorros:

- **Imobilização e apoio:** caso haja fratura nas costelas, a pessoa deve ser mantida o mais imóvel possível, e a respiração deve ser monitorada. Não é recomendado aplicar uma bandagem apertada, pois pode dificultar a respiração.
- **Sinais de pneumotórax:** se houver suspeita de perfuração pulmonar (dificuldade para respirar, dor no peito, respiração rápida), a pessoa deve ser imediatamente levada ao hospital.
- **Controle de sangramento abdominal:** se houver ferimentos no abdômen com sangramentos visíveis, tente cobrir a área com um pano limpo ou gaze para conter o sangue. Em caso de suspeita de lesão interna, a pessoa deve ser levada a um hospital rapidamente.

- 
- **Monitoramento da respiração:** se a respiração estiver comprometida (dificuldade de respirar, respiração superficial), é importante chamar ajuda médica imediatamente.
- 

## Membros Superiores (Braços)

### 1. Estrutura:

- **Ossos:** o membro superior é composto por três ossos principais: a clavícula, o úmero (braço), o rádio e a ulna (antebraço), além dos ossos da mão (carpianos, metacarpos e falanges).
- **Articulações:** as principais articulações incluem o ombro (glenoumeral), o cotovelo (ulnocubital) e o punho (radiocarpiana).
- **Músculos:** músculos como o bíceps, tríceps, flexores e extensores do antebraço, que permitem os movimentos dos braços, mãos e dedos.

### 2. Lesões Comuns:

- **Fraturas:** fraturas no úmero, rádio e ulna são comuns e devem ser imobilizadas com talas.
- **Luxações:** o ombro e o cotovelo são suscetíveis a luxações, sendo importante imobilizar o membro e procurar atendimento médico.
- **Entorses e distensões:** lesões nos ligamentos e músculos que causam dor e limitações nos movimentos.
- **Cortes e lesões superficiais:** lesões nos dedos e mãos são frequentes. Deve-se aplicar curativo e, se necessário, estancar o sangue.

### 3. Primeiros Socorros:

- **Imobilização:** caso haja fratura ou luxação, deve-se imobilizar o membro com talas improvisadas e buscar ajuda médica imediata.
  - **Controle de sangramento:** caso haja sangramento, aplique pressão direta sobre o ferimento com gaze ou pano limpo.
  - **Elevação:** em caso de inchaço, é recomendada a elevação do membro para diminuir a inflamação.
- 

## Membros Inferiores (Pernas)

### 1. Estrutura:

- **Ossos:** compreendem a pelve, fêmur (coxa), patela (joelho), tíbia e fíbula (perna) e os ossos dos pés (tarsos, metatarsos e falanges).
- **Articulações:** as articulações principais são o quadril, o joelho e o tornozelo.
- **Músculos:** o quadríceps, isquiotibiais, gastrocnêmio (panturrilha) e outros músculos responsáveis pelos movimentos das pernas e dos pés.

### 2. Lesões Comuns:

- **Fraturas:** o fêmur, a tíbia e a fíbula podem ser fraturados em acidentes, necessitando de imobilização imediata.
- **Luxações:** o quadril e o tornozelo podem sofrer luxações, exigindo imobilização e assistência médica.
- **Entorses e distensões:** lesões nos ligamentos e músculos do joelho e tornozelo são frequentes e podem causar dor e dificuldade de movimento.
- **Cortes e lesões superficiais:** cortes ou lacerações nas pernas ou pés também são



comuns.

### 3. Primeiros Socorros:

- **Imobilização:** em caso de fratura ou suspeita de fratura, deve-se imobilizar a perna com talas, sem tentar realinhar os ossos.
- **Controle de sangramento:** aplicar pressão direta em caso de ferimentos com sangramento significativo.
- **Elevação:** se houver inchaço ou dor, eleve a perna para diminuir o inchaço.
- **Deslocamento:** caso a pessoa não consiga se levantar após um acidente, evite movê-la desnecessariamente e aguarde ajuda especializada.

## Pés e Mãos (Considerações Especiais)

- **Fraturas e entorses:** como os pés e as mãos são frequentemente expostos a lesões em acidentes e quedas, a imobilização desses membros é crucial para evitar complicações adicionais.
- **Cortes e lacerações:** muitas vezes, os cortes nessas áreas envolvem vasos sanguíneos e nervos, o que pode exigir cuidados extras.
- **Dor e câibras:** em casos de câibras intensas, é importante alongar a área afetada e massageá-la para aliviar a dor.

---

## Sistemas do Corpo

- **Sistema Respiratório** → Pulmões, Traqueia, Brônquios, Diafragma
- **Sistema Circulatório** → Coração, Artérias, Veias, Sangue
- **Sistema Nervoso** → Cérebro, Medula Espinhal, Nervos
- **Sistema Musculoesquelético** → Ossos, Articulações, Músculos
- **Sistema Digestório** → Estômago, Intestinos, Esôfago

## Órgãos Vitais

- **Cérebro** → Controle do corpo, consciência
- **Coração** → Bombeia sangue, oxigenação
- **Pulmões** → Troca gasosa, respiração
- **Rins** → Filtração do sangue

## Mapas Conceituais: Visualizando o Atendimento em Primeiros Socorros

No atendimento a emergências, compreender as condições e agir com rapidez e precisão são ações que podem fazer toda a diferença. Para facilitar esse processo, os **mapas conceituais** são ferramentas visuais que organizam o conhecimento de maneira clara e estruturada, ajudando a fixar informações essenciais e a entender a relação entre os diferentes tipos de emergências.

Você encontrará mapas conceituais sobre as temáticas trabalhadas ao final de cada assunto. Esses esquemas auxiliam na rápida identificação dos sinais, causas, procedimentos de primeiros socorros e encaminhamentos necessários.

O uso de mapas conceituais não apenas favorece a **aprendizagem significativa**, mas também permite que, em um momento de urgência, o socorrista se recorde dos passos fundamentais de forma ágil e eficiente. A seguir, você poderá assistir a um vídeo que o auxiliará na construção dos seus mapas conceituais. Aproveite.



Agora, explore os mapas e fortaleça seus conhecimentos em primeiros socorros!



# MÓDULO 2

The background of the slide features a green-tinted illustration. In the upper half, there are four people standing. On the left, a person is using two crutches and has a bandage on their right leg. To their right, three other people are standing, with one person having a bandage on their knee. In the lower half, there are two people lying on the ground, appearing to be in pain or injured. One person is on their side, and the other is on their back.

## Trauma e Lesões Ortopédicas



# QUEDAS



Quedas são acidentes comuns que ocorrem quando uma pessoa perde o equilíbrio e cai no chão ou em outra superfície mais baixa. Elas podem acontecer por diversos motivos, como pisos escorregadios, tropeços, tontura, fraqueza muscular ou até mesmo por condições médicas, como pressão baixa ou problemas neurológicos.

## TIPOS DE QUEDAS

- 1** Queda do mesmo nível – Acontece quando a pessoa cai no mesmo lugar onde está andando, como ao tropeçar em uma mochila deixada no corredor.
- 2** Queda de altura – Quando a pessoa cai de um local mais alto, como de uma escada ou de um brinquedo no parquinho.
- 3** Queda assistida – Quando alguém ajuda a pessoa a cair de forma mais segura, reduzindo o impacto.

## O QUE FAZER EM CASO DE QUEDA?

Se alguém cair, siga estes passos:

- ✓ Verifique se há perigo no local – Olhe se há fios soltos, pisos molhados ou outros riscos.
- ✓ Converse com a vítima – Pergunte se sente dor ou tontura.
- ✓ Não mexa na vítima se houver suspeita de fratura – Se ela bateu a cabeça ou sente muita dor, chame ajuda.

## O QUE FAZER EM CASO DE QUEDA?

- ✓ Controle o sangramento, se houver – Pressione o local com um pano limpo.
- ✓ Chame ajuda se necessário – Ligue para o SAMU (192) ou Bombeiros (193) se a pessoa estiver desorientada ou inconsciente.




# QUEDAS

## Simplificando

Se um aluno cair no pátio, antes de ajudar, olhe se há riscos, como pisos molhados. Pergunte se ele está bem e não o mova se houver suspeita de fratura. Se houver ferimentos graves, chame o SAMU.

### **SINAIS DE GRAVIDADE – QUANDO PROCURAR AJUDA MÉDICA?**

 Procure atendimento médico imediatamente se houver:

- Perda de consciência após a queda;
- Confusão mental, sonolência ou dificuldade para falar;
- Dor intensa na cabeça, pescoço, costas ou quadril;
- Dificuldade para movimentar braços ou pernas;
- Sangramento intenso ou deformidades nos ossos;
- Tontura persistente após a queda.

### **PREVENÇÃO DE QUEDAS NO AMBIENTE ESCOLAR**

As escolas são locais de movimento intenso, o que torna essencial a adoção de medidas preventivas.

## **Atenção**

Se um aluno cai e, depois de um tempo, começa a falar de forma estranha ou fica muito sonolento, pode ser um sinal de alerta. O mesmo vale para alguém que sente dor forte e não consegue se mexer. Nesses casos, sempre chame ajuda!

### **NOS CORREDORES E SALAS DE AULA**

- ✓ Evitar pisos molhados ou encerados em excesso
- ✓ Manter mochilas organizadas para não obstruir o caminho
- ✓ Usar corrimãos ao subir e descer escadas
- ✓ Boa iluminação em todas as áreas

### **NOS PÁTIOS E NAS ÁREAS DE RECREAÇÃO**

- ✓ Supervisão de crianças no parquinho
- ✓ Brinquedos bem fixados e seguros
- ✓ Superfícies que absorvem impacto, como borracha ou grama sintética

# QUEDAS

## Reflexão

Já viu um aluno correndo no corredor e derrubando outro? Ou alguém escorregando na quadra porque estava com o calçado errado? Pequenas atitudes fazem a diferença para evitar esses acidentes.

### NA EDUCAÇÃO INFANTIL

- ✓ Uso de grades de proteção em locais elevados
- ✓ Evitar móveis instáveis que possam tombar
- ✓ Ensinar as crianças sobre segurança ao brincarem

### PARA ADOLESCENTES NA ESCOLA

- ✓ Não usar celular enquanto caminha pelos corredores
- ✓ Usar tênis adequados para educação física
- ✓ Respeitar as regras de esportes, evitando empurrões e brincadeiras perigosas

### NA QUADRA E DURANTE A PRÁTICA ESPORTIVA

- ✓ Usar tênis adequados para esportes, evitando escorregões
- ✓ Aquecer antes das atividades físicas para evitar quedas por desequilíbrio muscular



### NA QUADRA E DURANTE A PRÁTICA ESPORTIVA

- ✓ Verificar as condições do piso da quadra ou do campo antes do jogo
- ✓ Respeitar as regras dos esportes, evitando choques e empurrões perigosos
- ✓ Evitar brincadeiras arriscadas, como subir em traves ou se pendurar em redes

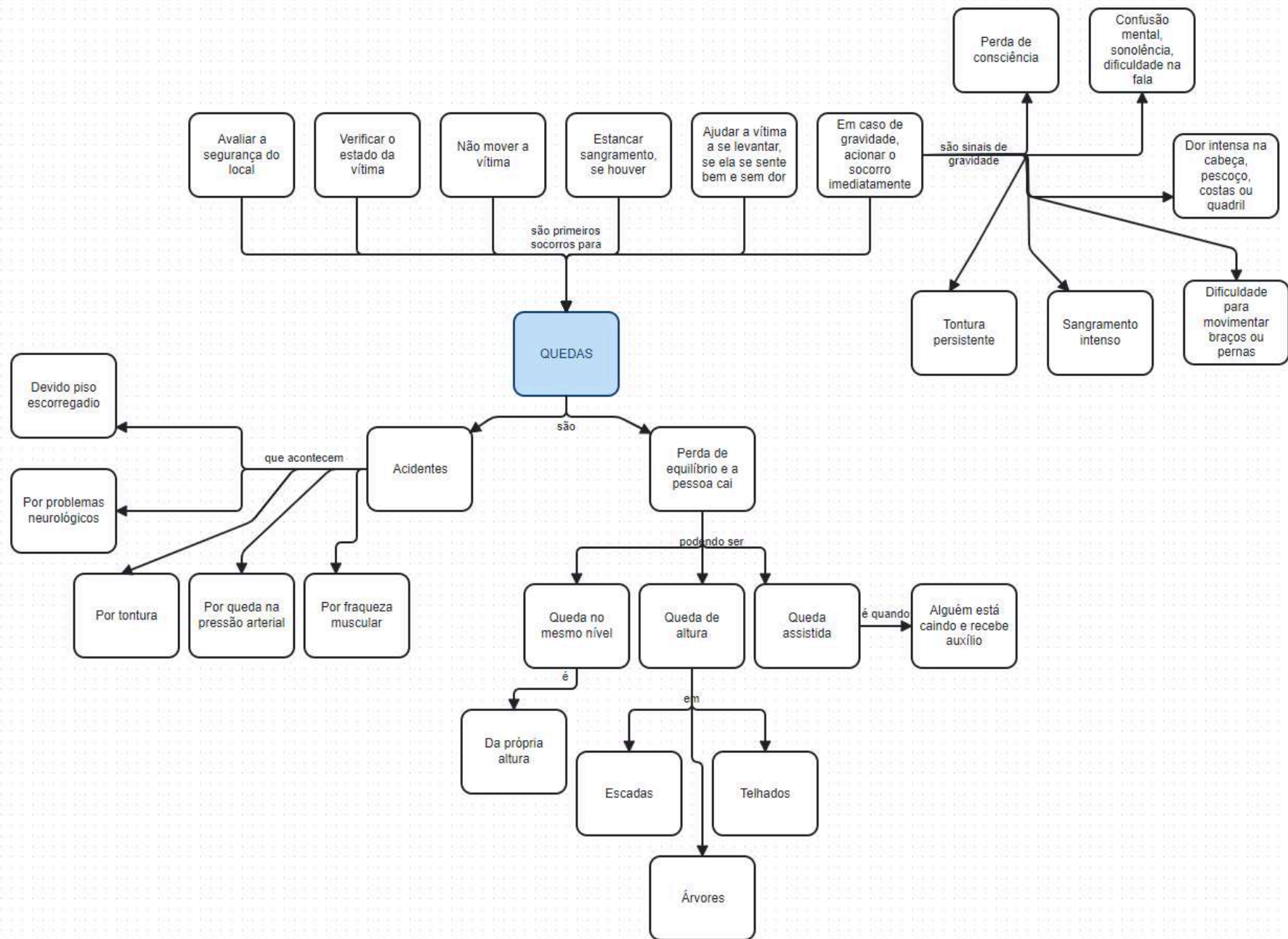
### NAS ÁREAS EXTERNAS E RECREATIVAS

- ✓ Supervisionar locais de risco, como muros, escadas e varandas
- ✓ Evitar subir em lugares elevados sem proteção (muros, árvores, telhados)
- ✓ Manter os pisos antiderrapantes e livres de buracos
- ✓ Evitar brincadeiras perigosas, como empurrões próximos a escadas ou a pátios altos

## Organizando o Conhecimento!

Agora que você aprendeu sobre este tema, vamos estruturar as informações de forma visual! O mapa conceitual a seguir ajudará a conectar os principais pontos e reforçar o que foi estudado. Explore as conexões e revise os conceitos para consolidar seu aprendizado!  







# FRATURAS



Fraturas são lesões ósseas que podem ocorrer em diversas situações, como quedas, acidentes esportivos ou impactos diretos. Vamos abordar os seguintes tópicos:


## 1. O QUE É UMA FRATURA?

Uma fratura ocorre quando um osso se quebra parcial ou totalmente, devido a um impacto forte, queda ou trauma. Pode ser simples, quando não há exposição do osso, ou grave, quando há deslocamento ou perfuração da pele.

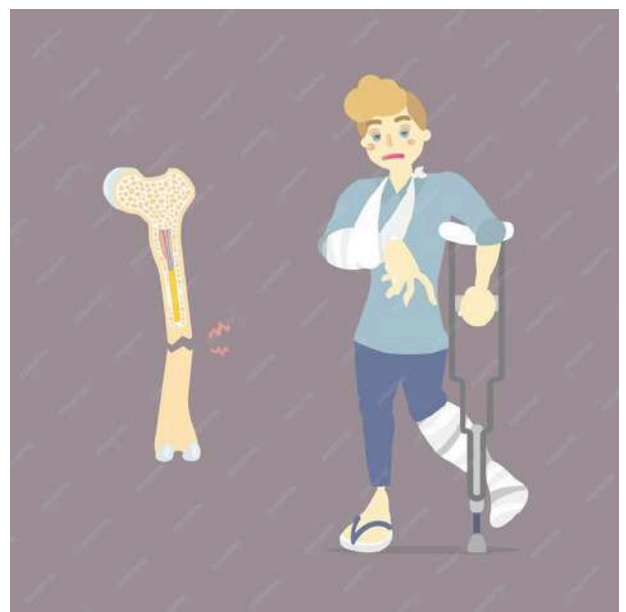
## 2. TIPOS DE FRATURAS

- ◆ Fratura fechada - O osso quebra, mas a pele permanece intacta.
- ◆ Fratura exposta - O osso se quebra e atravessa a pele, podendo causar infecção grave.
- ◆ Fratura completa - O osso se parte em duas ou mais partes.
- ◆ Fratura incompleta (fissura) - O osso trinca, mas não se separa completamente.
- ◆ Fratura cominutiva - O osso se quebra em vários fragmentos.
- ◆ Fratura por estresse - Pequenas fissuras causadas por esforços repetitivos, comuns em atletas.

## 3. SINAIS E SINTOMAS DE FRATURA

 Suspeite de fratura se a pessoa apresentar:


- ✓ Dor intensa no local
- ✓ Inchaço e vermelhidão
- ✓ Dificuldade ou incapacidade de mover o membro
- ✓ Deformidade visível (osso desalinhado ou encurtado)
- ✓ Estalos ou crepitação ao tentar mover
- ✓ Ferida aberta com exposição do osso (em fraturas expostas)



# FRATURAS

## Simplificando



Uma fratura é um osso quebrado. Pode ser leve, como uma rachadura, ou grave, quando o osso atravessa a pele.

 Na escola: Um aluno pode fraturar um osso ao cair no pátio, durante um jogo de futebol ou ao descer escadas apressadamente.

## 4. O QUE FAZER EM CASO DE FRATURA?


- 1 Mantenha a vítima imóvel – Evite que ela tente se levantar ou movimentar a área afetada.
- 2 Imobilize o local – Se possível, use talas (pedaços de madeira, papelão ou tecido rígido) para estabilizar o membro.
- 3 Se houver sangramento, comprima levemente com um pano limpo – Evite mexer na área da fratura.
- 4 Em fratura exposta, cubra a ferida com um pano limpo e seco – Isso ajuda a evitar infecção.
- 5 Aplique gelo envolto em um pano – Isso reduz a dor e o inchaço.
- 6 Chame o SAMU (192) ou leve a vítima ao hospital – Fraturas sempre exigem atendimento médico.

## 5. O QUE NÃO FAZER



-  Não tente "colocar o osso no lugar" – Isso pode piorar a lesão.
-  Não force a vítima a se movimentar – Isso pode agravar a fratura.

## Atenção

Se uma pessoa sente muita dor, não consegue mover a parte do corpo e a área está inchada ou deformada, pode ser uma fratura.

 Na escola: Se um aluno cair e reclamar que não consegue mexer o braço, sentir muita dor e o local inchar rapidamente, pode ser uma fratura.

## 5. O QUE NÃO FAZER

-  Não toque diretamente em fraturas expostas – Há risco de infecção.
-  Não ofereça alimentos ou líquidos se houver suspeita de cirurgia necessária.

## 6. PREVENÇÃO DE FRATURAS

- ✓ Pratique exercícios físicos para fortalecer os ossos
- ✓ Mantenha uma dieta rica em cálcio e vitamina D
- ✓ Use equipamentos de proteção ao praticar esportes
- ✓ Evite quedas (corrimãos, iluminação adequada, tapetes antiderrapantes)
- ✓ Faça exames médicos regulares para avaliar a saúde óssea

# FRATURAS

## 💡 Atenção

O mais importante é manter a pessoa parada, imobilizar a área afetada e chamar ajuda médica.

🏫 Na escola: Se um aluno fraturar o braço no recreio, os funcionários devem evitar que ele mexa, apoiar o braço com uma régua ou papelão e chamar socorro imediatamente.

## ⚠️ ALERTAS

Nunca tente ajeitar o osso quebrado, não mexa na pessoa e chame o socorro rapidamente.

🏫 Na escola: Se um aluno quebrar a perna, não tente levá-lo ou puxar a perna para tentar alinhar. Apenas o mantenha parado e aguarde ajuda.



## Hora de Praticar! 🙌🧠

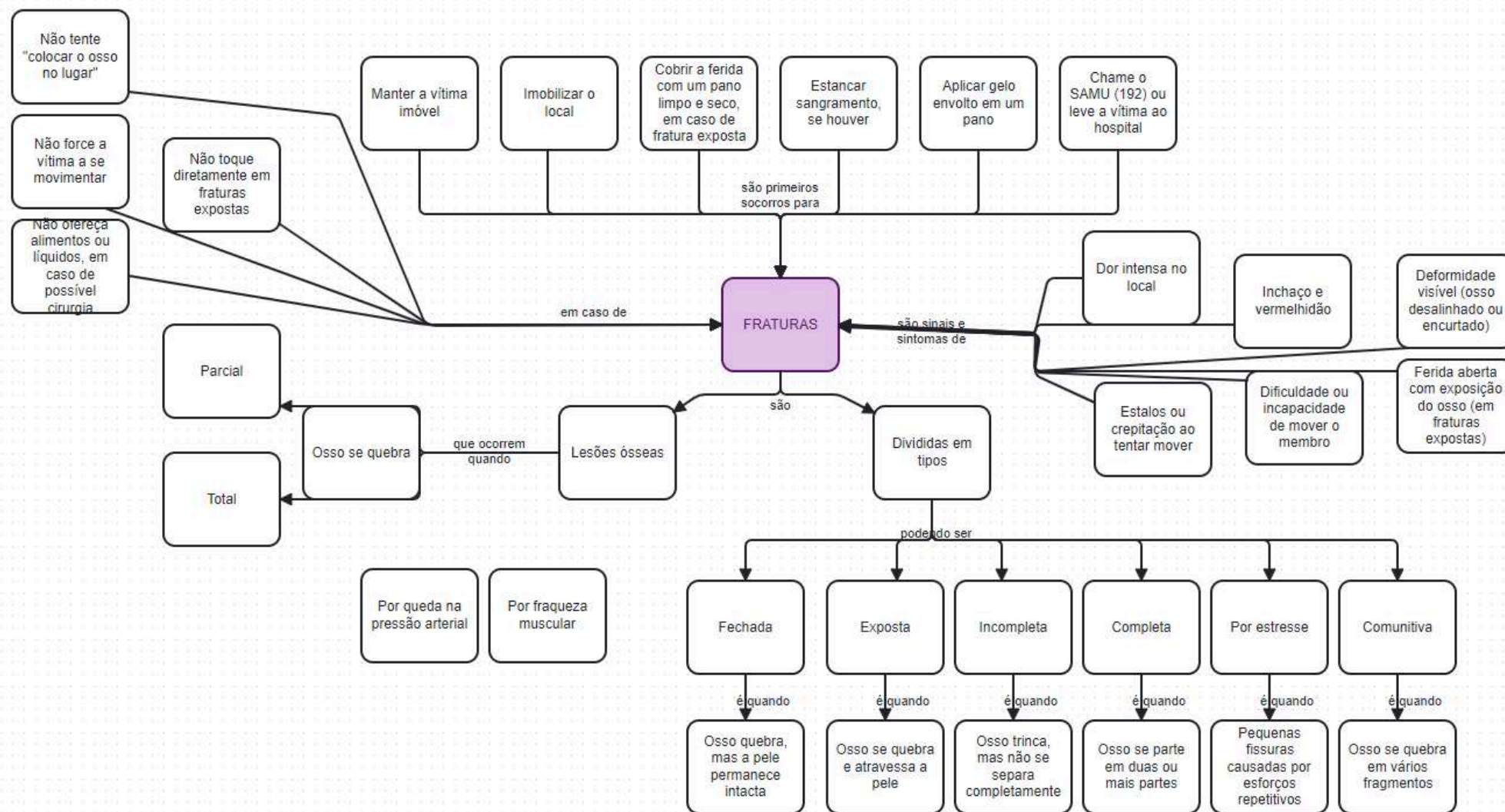
Saber imobilizar corretamente pode evitar agravamentos em uma fratura e garantir mais segurança até a chegada do socorro. Assista ao vídeo e aprenda o passo a passo dessa técnica essencial. Quanto mais você praticar, mais confiante estará para agir em uma emergência! 🚑💪



## Organizando o Conhecimento! 🗺️🧠

Agora que você aprendeu sobre este tema, vamos estruturar as informações de forma visual! O mapa conceitual a seguir ajudará a conectar os principais pontos e reforçar o que foi estudado. Explore as conexões e revise os conceitos para consolidar seu aprendizado! 🚀📖







# ENTORSE



Entorse é uma lesão comum nas articulações, especialmente nos tornozelos, joelhos e punhos, e pode ocorrer em quedas, esportes ou movimentos bruscos. Vamos abordar:

## 1. O QUE É UMA ENTORSE?

A entorse ocorre quando os ligamentos que sustentam uma articulação são esticados além do normal, podendo causar lesões leves ou graves, dependendo da força do impacto. Acontece frequentemente no tornozelo, joelho e punho, mas pode afetar outras articulações.

## 2. CAUSAS COMUNS

- ✓ Pisar em falso, torcendo o tornozelo.
- ✓ Esportes com movimentos bruscos, como futebol, basquete ou corrida.
- ✓ Cair com a mão esticada ao tentar se apoiar.
- ✓ Usar calçados inadequados, como saltos altos ou tênis sem suporte.
- ✓ Caminhar ou correr em terrenos irregulares.

## 3. GRAU DAS ENTORSES

Existem três graus de entorse, dependendo da gravidade da lesão:

- ◆ Grau 1 (Leve) – Pequeno estiramento do ligamento, causando dor leve e pouco inchaço.
- ◆ Grau 2 (Moderada) – Ruptura parcial do ligamento, levando a dor intensa e dificuldade de movimento.
- ◆ Grau 3 (Grave) – Ruptura total do ligamento, com grande inchaço, instabilidade da articulação e necessidade de atenção médica.





# ENTORSE

👉 Na escola:

Pisar em falso ao correr no recreio, tropeçar em degraus ou escorregar no piso molhado são situações comuns.

Já viu um aluno correndo no corredor e derrubando outro? Ou alguém escorregando na quadra porque estava com o calçado errado? Pequenas atitudes fazem a diferença para evitar esses acidentes.

## 4. SINAIS E SINTOMAS

🚨 Suspeite de entorse se a pessoa apresentar:

- ✓ Dor na articulação afetada
- ✓ Inchaço e vermelhidão
- ✓ Dificuldade ou incapacidade de mover a articulação
- ✓ Sensação de estalo ou deslocamento no momento da lesão
- ✓ Hematoma (mancha roxa na pele)

## 5. O QUE FAZER EM CASO DE ENTORSE?

A melhor abordagem inicial para tratar uma entorse é o método R.I.C.E. (Repouso, Gelo, Compressão e Elevação):

- 1 R (Repouso) – Evite apoiar peso sobre a articulação machucada.
- 2 I (Ice – Gelo) – Aplique gelo envolto em um pano por 20 minutos a cada 2 horas, nas primeiras 48h.
- 3 C (Compressão) – Use uma bandagem elástica para reduzir o inchaço.
- 4 E (Elevação) – Mantenha o membro elevado acima do nível do coração para reduzir o inchaço.

## 💡 Atenção

Se machucar, o melhor é parar de usar a articulação, aplicar gelo, fazer uma leve compressão e manter o local elevado.

## ❌ 6. O QUE NÃO FAZER

- ❌ Não massagear a região nas primeiras 48 horas.
- ❌ Não aplicar calor logo após a lesão.
- ❌ Não forçar a articulação antes da recuperação.

## 🏆 7. PREVENÇÃO DE ENTORSES

- ✓ Fazer aquecimento antes de atividades físicas.
- ✓ Usar calçados adequados.
- ✓ Fortalecer os músculos ao redor das articulações.
- ✓ Evitar correr em locais irregulares.

# ENTORSE

## 💡 Alerta

Se houver dor intensa, inchaço excessivo ou incapacidade de movimentar a articulação, busque atendimento médico.

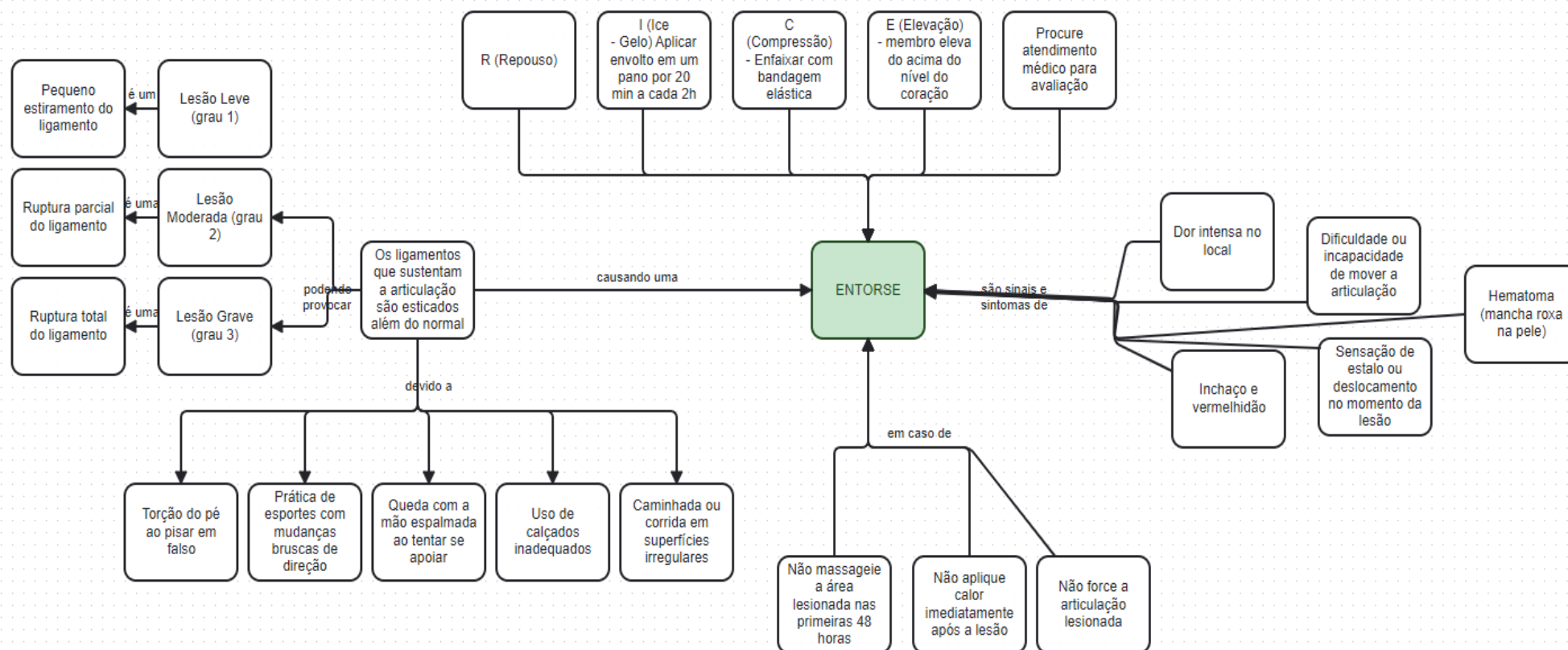
### Hora de Praticar! 🏋️‍♂️

Uma entorse pode parecer simples, mas a maneira como você age faz toda a diferença na recuperação! Assista ao vídeo e aprenda como identificar e imobilizar corretamente para evitar complicações. Pratique e esteja preparado para agir com segurança!



## Organizando o Conhecimento! 🌐🧠

Agora que você aprendeu sobre este tema, vamos estruturar as informações de forma visual! O mapa conceitual a seguir ajudará a conectar os principais pontos e reforçar o que foi estudado. Explore as conexões e revise os conceitos para consolidar seu aprendizado! 🚀📖







# LUXAÇÃO



Luxação é uma lesão grave que ocorre quando um osso sai da sua posição normal na articulação. É mais comum nos ombros, joelhos, dedos e cotovelos, e pode ser muito dolorosa. Vamos abordar os seguintes pontos:

## 1. O QUE É UMA LUXAÇÃO?

A luxação acontece quando um osso sai do seu encaixe na articulação, causando dor intensa e incapacidade de movimento. Em alguns casos, os ligamentos ao redor também podem ser lesionados.

As luxações mais comuns ocorrem em:

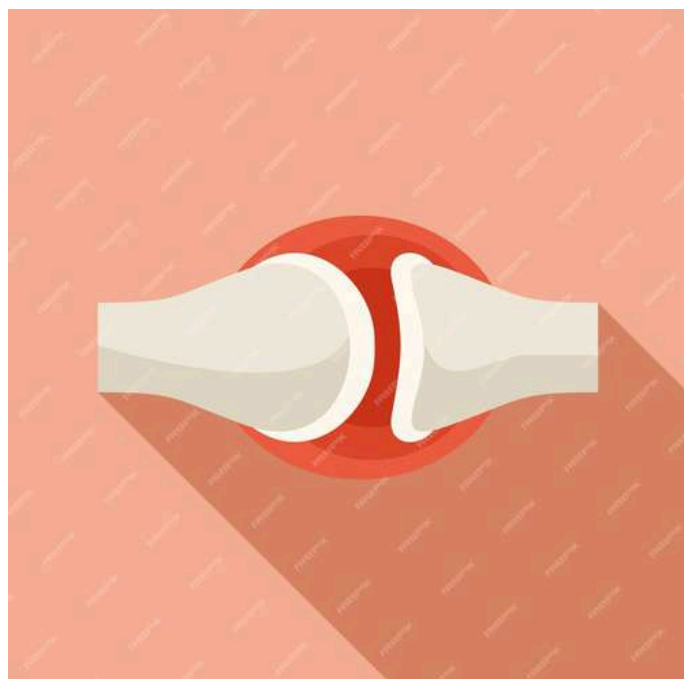
- ✓ Ombro
- ✓ Dedo
- ✓ Cotovelo
- ✓ Joelho
- ✓ Quadril

## 2. CAUSAS COMUNS

- ✓ Quedas sobre a mão ou braço estendido
- ✓ Traumas diretos em esportes (futebol, basquete, lutas)
- ✓ Acidentes de trânsito
- ✓ Movimentos bruscos e torções extremas

## 3. SINAIS E SINTOMAS

- Dor intensa e imediata
- Deformidade visível na articulação
- Inchaço e hematoma ao redor
- Impossibilidade de movimentar o membro afetado
- Sensação de fraqueza ou formigamento



# LUXAÇÃO

## Luxação na escola

Acidentes durante brincadeiras, quedas na quadra ou impactos em atividades esportivas podem levar a luxações. Crianças e adolescentes devem ser orientados a praticar esportes com cuidado e usar equipamentos de proteção sempre que possível.




### 4. O QUE FAZER EM CASO DE LUXAÇÃO?

- 1** Mantenha a vítima imóvel – Qualquer movimento pode agravar a lesão.
- 2** Imobilize a articulação na posição em que está – Use uma bandagem ou lenço para manter o membro estabilizado.
- 3** Aplique gelo – Envolve o gelo em um pano e aplique por 20 minutos para reduzir o inchaço.
- 4** Leve a vítima ao hospital imediatamente – Luxações precisam ser corrigidas por um profissional médico, se possível seu deslocamento. Caso contrário, acionar serviço de urgência.

### **Atenção**

⚠ Se a vítima estiver sentindo dormência, formigamento ou o local estiver muito pálido, procure atendimento médico urgente! Isso pode indicar comprometimento da circulação.

### 5. O QUE NÃO FAZER

-  Não tente colocar o osso no lugar sozinho – Isso pode piorar a lesão ou danificar os nervos.
-  Não force a articulação lesionada – Mantenha o membro imóvel até a avaliação médica.
-  Não aplique calor nas primeiras 48h – Isso pode aumentar o inchaço.

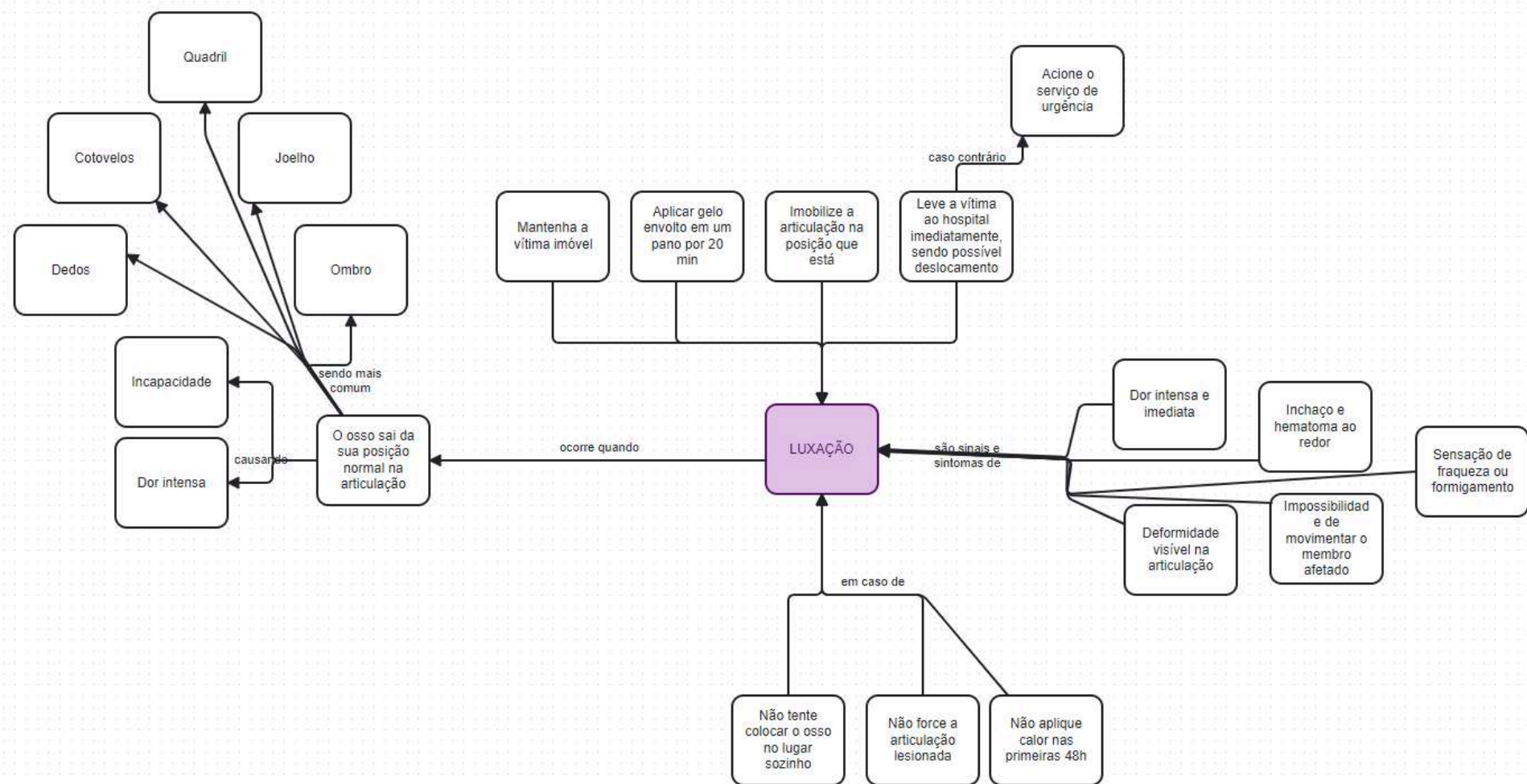
### 6. PREVENÇÃO DE LUXAÇÕES

- ✓ Pratique exercícios para fortalecer músculos e articulações
- ✓ Use equipamentos de proteção ao praticar esportes
- ✓ Evite quedas, mantendo um ambiente seguro (corrimãos, pisos antiderrapantes)
- ✓ Alongue-se antes de atividades físicas intensas

# LUXAÇÃO

## **Organizando o Conhecimento!** 🌐🧠

Agora que você aprendeu sobre este tema, vamos estruturar as informações de forma visual! O mapa conceitual a seguir ajudará a conectar os principais pontos e reforçar o que foi estudado. Explore as conexões e revise os conceitos para consolidar seu aprendizado! 🚀📖





# TRAUMATISMO CRANIANO



O traumatismo craniano é uma lesão que ocorre na cabeça, devido a um impacto, queda ou acidente. Dependendo da gravidade, pode causar desde sintomas leves, como dor de cabeça, até lesões graves no cérebro.

## 1. O QUE É TRAUMATISMO CRANIANO?

O traumatismo craniano acontece quando há um impacto forte na cabeça, que pode levar a lesões no couro cabeludo, no crânio ou no cérebro. Em casos mais graves, pode causar sangramentos internos, inchaço cerebral ou perda de consciência.

O risco aumenta em:

- ✓ Acidentes de trânsito
- ✓ Quedas (idosos e crianças são mais vulneráveis)
- ✓ Esportes de contato (futebol, boxe, skate, ciclismo)
- ✓ Agressões físicas
- ✓ Acidentes de trabalho

## 2. CAUSAS COMUNS

- ◆ Acidentes de carro, moto ou bicicleta
- ◆ Quedas em casa, na rua ou no trabalho
- ◆ Golpes diretos na cabeça durante esportes ou brigas
- ◆ Acidentes com objetos caindo sobre a cabeça
- ◆ Impacto causado por explosões

## 3. TIPOS DE TRAUMATISMO CRANIANO

**1** Leve – Pode causar dor de cabeça, tontura e confusão temporária, mas sem danos graves.

**2** Moderado – A vítima pode desmaiar por alguns minutos e ter dificuldades para se lembrar do que aconteceu.

**3** Grave – Envolve perda de consciência prolongada, sangramento, convulsões e risco de danos cerebrais.

Classificação adicional:

- Fechado – Quando não há ferida aberta na cabeça.

Aberto (penetrante) – Quando há corte ou fratura no crânio, podendo expor o cérebro.





# TRAUMATISMO CRANIANO

## 💡 Simplificando

Os traumatismos podem ser leves (uma dor de cabeça) ou graves (quando a pessoa desmaia e não se lembra do que aconteceu).

🏫 Na escola: Se um aluno cair de cabeça durante uma brincadeira e tiver dor e tontura, é um traumatismo leve. Se houver perda de consciência, é preciso buscar ajuda médica imediatamente.

## 🚑 4. SINAIS E SINTOMAS

⚠️ Sinais de traumatismo leve:

- ✓ Dor de cabeça
- ✓ Tontura ou desequilíbrio
- ✓ Náusea leve
- ✓ Confusão momentânea
- ✓ Pequeno inchaço no local do impacto

🚑 Sinais de traumatismo grave (procure ajuda médica imediatamente!):

- Perda de consciência (desmaio)
- Vômitos repetidos
- Confusão mental, fala arrastada ou dificuldade para lembrar fatos
- Saída de sangue ou líquido transparente pelo nariz ou ouvidos
- Convulsões
- Pupilas dilatadas ou de tamanhos diferentes
- Fraqueza ou dormência em braços ou pernas

## 💡 Atenção

Quando alguém sofre um golpe na cabeça, mantenha a pessoa imóvel e ligue para a emergência. Não mova o pescoço!

🏫 Na escola: Se um aluno cair durante a educação física, mantenha-o deitado e ligue para a emergência imediatamente.

## 🚑 5. O QUE FAZER EM CASO DE TRAUMATISMO CRANIANO?

- 1 Mantenha a vítima deitada e imóvel – Evite movimentar o pescoço, especialmente se houve queda ou acidente grave.
- 2 Chame imediatamente o SAMU (192) ou os Bombeiros (193) se houver sinais de gravidade.
- 3 Aplique compressa fria no local da pancada para reduzir o inchaço.
- 4 Se houver sangramento, pressione levemente com um pano limpo, mas sem pressionar demais.
- 5 Se a vítima estiver inconsciente, mas respirando, mantenha-a de lado para evitar engasgos em caso de vômito.

# TRAUMATISMO CRANIANO

## 💡 Atenção

○ traumatismo craniano pode ser perigoso e requer atenção imediata. Sempre avalie a gravidade da lesão e, em caso de dúvida, procure ajuda médica. 🚑

## ⚠️ ❌ 6. O QUE NÃO FAZER

- ❌ Não sacuda nem mexa a cabeça da vítima – Isso pode piorar a lesão.
- ❌ Não dê líquidos ou alimentos – Pode causar engasgo.
- ❌ Não tente levantar a pessoa imediatamente – O traumatismo pode afetar o equilíbrio e causar nova queda.
- ❌ Não ignore sinais, como vômito, confusão ou sonolência excessiva – Podem indicar um problema mais sério.

## 🏠 7. PREVENÇÃO DE TRAUMATISMOS CRANIANOS

- ✓ Use cinto de segurança e capacete em motos, bicicletas e esportes radicais.
- ✓ Evite quedas, mantendo corrimãos e pisos antiderrapantes em casa.
- ✓ Pratique esportes com equipamento de proteção adequado.
- ✓ Supervisione crianças pequenas, especialmente perto de escadas ou móveis altos.
- ✓ Mantenha o ambiente de trabalho seguro, evitando objetos soltos que possam cair sobre a cabeça.

### Hora de Praticar! 🧠👤

Um impacto na cabeça pode ser mais grave do que parece! Saber como agir rapidamente e com segurança pode fazer toda a diferença. Assista ao vídeo e aprenda as melhores práticas para lidar com um traumatismo craniano. Quanto mais você praticar, mais preparado estará para ajudar! 🚑💪



## Organizando o Conhecimento! 🗺️🧠

Agora que você aprendeu sobre este tema, vamos estruturar as informações de forma visual! O mapa conceitual a seguir ajudará a conectar os principais pontos e reforçar o que foi estudado. Explore as conexões e revise os conceitos para consolidar seu aprendizado! 🚀📖



# MÓDULO 3

## Emergências Clínicas Comuns



# ENGASGAMENTO



O engasgamento ocorre quando um objeto ou alimento bloqueia parcial ou totalmente as vias aéreas, impedindo a respiração. Esse é um tema muito importante, pois pode levar à asfixia e até à morte em poucos minutos se não for tratado corretamente.

A Lei Lucas (Lei nº 13.722/2018) foi criada após um trágico caso de engasgamento que levou à morte de um menino, reforçando a importância do treinamento em primeiros socorros em escolas e estabelecimentos infantis.

## 1. O QUE É ENGASGAMENTO?

O engasgamento acontece quando algo bloqueia a passagem de ar pela traquéia, podendo ser:

- ✓ Alimentos mal mastigados (carne, pedaços grandes de frutas, grãos)
- ✓ Pequenos objetos (brinquedos, moedas, tampinhas)
- ✓ Líquidos em bebês (leite, papinhas)

Se não tratado rapidamente, pode levar à asfixia, parada respiratória e morte em poucos minutos.

## 2. SINAIS DE ENGASGAMENTO

⚠ Sinais de engasgamento leve (parcial)

- ✓ Tosse intensa
- ✓ Dificuldade para falar, mas ainda consegue emitir sons
- ✓ Olhos lacrimejando
- ✓ Respiração ruidosa

⚠ Sinais de engasgamento grave (total)

- ✖ A pessoa não consegue tossir, falar ou respirar
- ✖ Leva as mãos ao pescoço (sinal universal de engasgo)
- ✖ Pele azulada (cianose)
- ✖ Perda de consciência se não for socorrida a tempo

## SOS 3. O QUE FAZER EM CASO DE ENGASGAMENTO?

✖ ♦ Em Adultos e Crianças acima de 1 ano (Manobra de Heimlich)

- 1 Fique atrás da pessoa e abrace a região abdominal
  - 2 Feche uma das mãos em formato de punho e posicione acima do umbigo
  - 3 Com a outra mão, pressione o punho para dentro e para cima, em movimentos rápidos e fortes
  - 4 Repita até o objeto ser expelido ou até a pessoa desmaiar
  - 5 Se a vítima desmaiar, inicie a RCP (reanimação cardiopulmonar) e chame o SAMU (192)
- ✖ ♦ Se a pessoa estiver tossindo, incentive-a a continuar, pois a tosse pode expulsar o objeto!





# ENGASGAMENTO

## 💡 Simplificando

Engasgamento é quando um objeto ou comida bloqueia a respiração. Se não for tratado logo, pode ser fatal.

🏫 Na escola: Durante o intervalo, um aluno começa a engasgar com um pedaço de fruta. Se não receber ajuda rápida, a situação pode piorar rapidamente.

### **SOS 3. O QUE FAZER EM CASO DE ENGASGAMENTO?**

♦ Em Bebês (Menores de 1 ano)

⚠️ NUNCA faça compressões abdominais como em adultos!

**1** Coloque o bebê de bruços sobre o seu antebraço, com a cabeça inclinada para baixo

**2** Dê 5 tapinhas firmes entre as escápulas (costas), usando a base da mão

**3** Se o objeto não sair, vire o bebê de barriga para cima

**4** Realize 5 compressões no peito, entre os mamilos, usando dois dedos

**5** Repita até o bebê expelir o objeto ou até perder a consciência

**6** Se o bebê desmaiar, inicie a RCP e ligue para o SAMU (192)

### **❌ 4. O QUE NÃO FAZER EM CASO DE ENGASGAMENTO**

❌ Não ofereça água nem alimentos  
– Isso pode piorar a obstrução

❌ Não tente puxar o objeto da boca com os dedos – Isso pode empurrá-lo ainda mais para dentro

❌ Não bata nas costas de uma pessoa em pé – Isso pode deslocar o objeto para uma posição pior

### **🛡️ 5. PREVENÇÃO DE ENGASGAMENTO**

✓ Corte os alimentos em pedaços pequenos

✓ Ensine as crianças a mastigarem devagar e a comerem sentadas

✓ Evite dar alimentos duros para crianças pequenas (pipoca, castanhas, balas duras)

✓ Mantenha objetos pequenos longe do alcance de bebês e crianças

✓ Nunca force a alimentação de bebês e evite deitá-los logo após mamarem

✓ Supervisione crianças enquanto comem ou brincam

# ENGASGAMENTO

## 💡 Atenção

O engasgamento é uma emergência grave, mas pode ser resolvido com os primeiros socorros corretos. A Manobra de Heimlich e a técnica para bebês são essenciais para evitar a asfixia. Além disso, a Lei Lucas reforça a importância do preparo das escolas para agir nessas situações.

### 🏫 6. A LEI LUCAS E A IMPORTÂNCIA DOS PRIMEIROS SOCORROS NAS ESCOLAS

A Lei Lucas (Lei nº 13.722/2018) foi sancionada no Brasil após a morte de Lucas Begalli Zamora, um menino de 10 anos que se engasgou com um pedaço de salsicha durante um passeio escolar. Nenhum adulto no local sabia como agir, e Lucas não resistiu.

### 🏫 6. A LEI LUCAS E A IMPORTÂNCIA DOS PRIMEIROS SOCORROS NAS ESCOLAS

- ✦ O que a Lei Lucas determina?
- ✓ Treinamento obrigatório em primeiros socorros para professores e funcionários de escolas públicas e privadas
- ✓ Ensino de técnicas de desengasgo, RCP e outras emergências
- ✓ Mais segurança para crianças em ambientes escolares
- ✦ A capacitação dos educadores pode salvar vidas e prevenir tragédias!

### Hora de Praticar! 🚑👤

O engasgo pode acontecer a qualquer momento, e agir rápido pode salvar vidas! Assista ao vídeo e aprenda a técnica correta para desobstruir as vias respiratórias de um adulto ou adolescente. Pratique e esteja preparado para agir com segurança em uma emergência! 🙌



# ENGASGAMENTO

## Hora de Praticar! 🚑👤

O engasgo em crianças exige uma ação rápida e a técnica correta para evitar complicações. Assista ao vídeo e aprenda como agir de forma segura para desobstruir as vias respiratórias dos pequenos. Praticar pode fazer toda a diferença em um momento de emergência! 💪



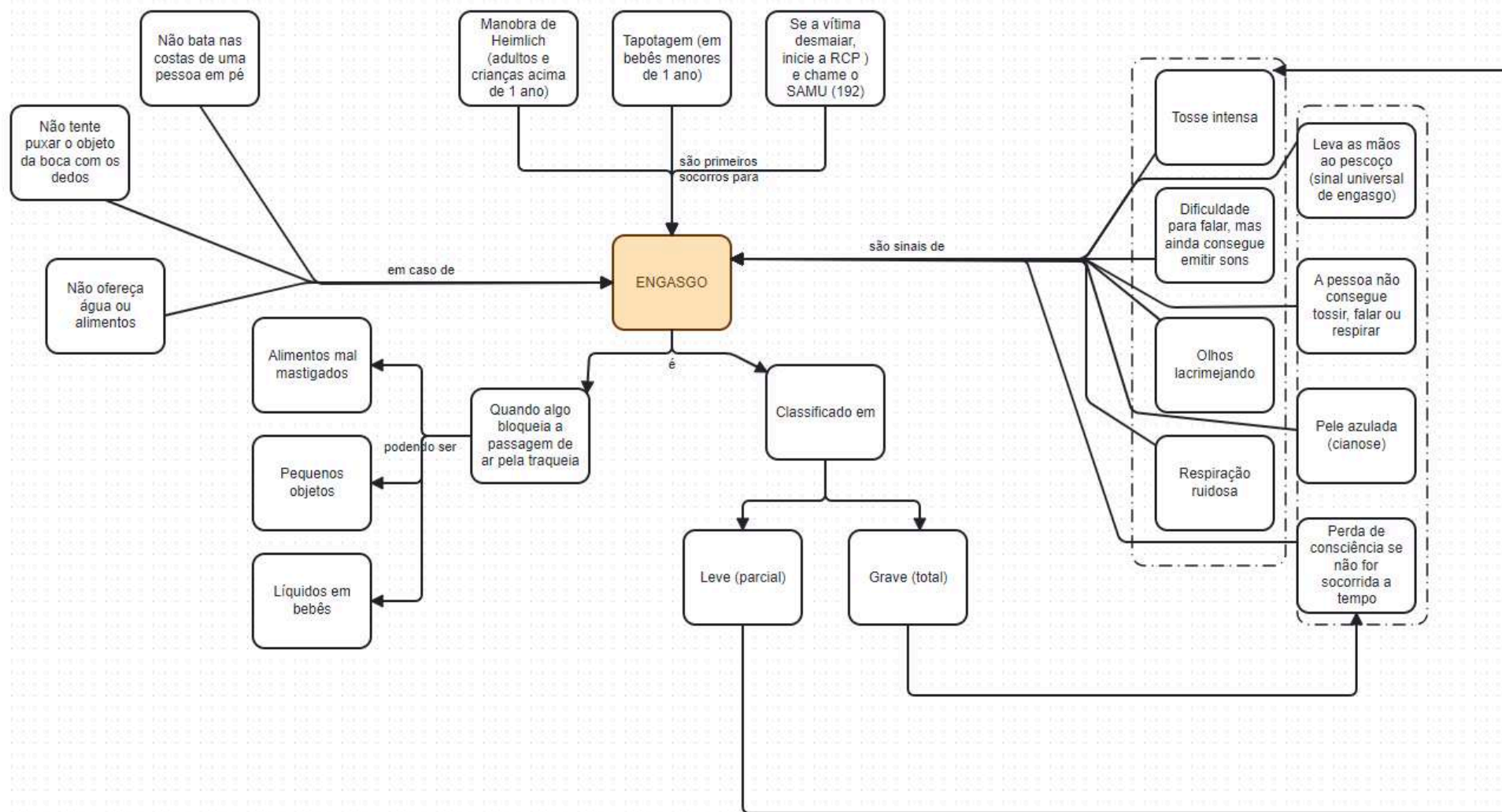
## Hora de Praticar! 🤔🆘👤

O engasgo em bebês pode ser assustador, mas saber a técnica certa faz toda a diferença! Assista ao vídeo e aprenda como agir com segurança e delicadeza para desobstruir as vias respiratórias dos pequenos. Praticar esse conhecimento pode salvar vidas!



## Organizando o Conhecimento! 🗺️🧠

Agora que você aprendeu sobre este tema, vamos estruturar as informações de forma visual! O mapa conceitual a seguir ajudará a conectar os principais pontos e reforçar o que foi estudado. Explore as conexões e revise os conceitos para consolidar seu aprendizado! 🚀📖





# DESMAIO



O desmaio, também chamado de síncope, é a perda temporária da consciência causada por uma redução no fluxo sanguíneo para o cérebro. Normalmente, dura poucos segundos ou minutos e pode acontecer por vários motivos, como queda de pressão, calor excessivo, dor intensa ou até emoções fortes.

## 1. O QUE É UM DESMAIO?

O desmaio acontece quando há redução temporária da circulação de sangue no cérebro, fazendo com que a pessoa perca a consciência por alguns segundos ou minutos. Em muitos casos, a recuperação acontece rapidamente, mas alguns desmaios podem ser sinais de problemas mais graves, como doenças cardíacas ou neurológicas.

## 2. CAUSAS COMUNS DE DESMAIO

- ✓ Queda de pressão arterial (hipotensão)
  - Ficar muito tempo em pé ou levantar-se muito rapidamente
- ✓ Falta de glicose no sangue (hipoglicemia) - Jejum prolongado ou diabetes
- ✓ Desidratação - Pouca ingestão de líquidos ou calor excessivo
- ✓ Dor intensa - Procedimentos médicos, lesões ou cólicas fortes
- ✓ Emoções fortes - Medo, ansiedade ou estresse intenso
- ✓ Problemas cardíacos - Arritmias; infarto
- ✓ Uso de álcool ou drogas - Efeito sobre o sistema nervoso
- ✓ Ambientes quentes e abafados - Causam dilatação dos vasos sanguíneos e queda da pressão

## 3. SINAIS ANTES DO DESMAIO (SINTOMAS DE ALERTA)

A pessoa pode sentir antes de desmaiar:

- Tontura ou sensação de fraqueza
- Visão turva ou escurecida
- Náusea ou sensação de estômago vazio
- Suor frio
- Palidez
- Zumbido nos ouvidos
- Respiração irregular





# DESMAIO

## 💡 Simplificando

Desmaio é uma pane rápida do corpo! O sangue não chega direito ao cérebro, e a pessoa “apaga” por alguns segundos. Normalmente, não é grave, mas pode indicar problemas sérios.

### 4. O QUE FAZER SE ALGUÉM DESMAIAR?

- 1 Deite a pessoa de costas no chão – Isso ajuda o sangue a voltar para o cérebro.
  - 2 Eleve as pernas da pessoa cerca de 30 cm – Isso melhora a circulação.
  - 3 Afrouxe roupas apertadas – Principalmente gravatas, cintos ou colares.
  - 4 Ventile o ambiente – Abra janelas ou afaste multidões para melhorar a respiração.
  - 5 Verifique a respiração e os batimentos cardíacos – Se a pessoa não estiver respirando, inicie a RCP e chame o SAMU (192).
  - 6 Aguarde a pessoa acordar naturalmente – Normalmente, ela desperta em poucos segundos.
  - 7 Ofereça água e mantenha a calma – Após o desmaio, ajude a pessoa a se sentar devagar.
- ✚ Se a pessoa vomitar, vire-a de lado para evitar engasgo.

## 💡 Atenção

O que fazer?

- ✓ Deite a pessoa e levante as pernas dela
- ✓ Ventile o local
- ✓ Espere-a acordar sem pressa
- ✓ Se não melhorar, chame o SAMU (192)

### ✗ 5. O QUE NÃO FAZER EM CASO DE DESMAIO

- ✗ Não jogue água no rosto da pessoa – Isso não resolve o problema e pode assustá-la.
- ✗ Não sacuda ou bata na vítima – Isso pode piorar a situação.
- ✗ Não tente levantar a pessoa imediatamente – Espere que ela se recupere totalmente.
- ✗ Não dê comida nem bebida enquanto estiver inconsciente – Pode causar engasgo.

### 6. QUANDO PROCURAR AJUDA MÉDICA?

- Se a pessoa ficar inconsciente por mais de 1 minuto
  - Se houver desmaios frequentes sem causa aparente
  - Se a pessoa bater a cabeça ao cair
  - Se houver convulsões durante ou após o desmaio
  - Se a pessoa estiver com dificuldade para respirar ao acordar
  - Se for um idoso ou pessoa com histórico de problemas cardíacos
- ✚ Nesses casos, chame o SAMU (192) imediatamente!

## 💡 Atenção

O que NÃO fazer?

- ✗ Nada de sacudir, jogar água nem dar comida!

Prevenção: Mantenha-se hidratado, com 43 regularmente e evite calor excessivo.

# DESMAIO

## 💡 Atenção

O desmaio, geralmente, não é grave, mas é importante saber como agir para evitar complicações. Deitar a vítima e elevar suas pernas pode ajudar na recuperação rápida. Se houver sinais de alerta, como desmaios frequentes, convulsões ou problemas respiratórios, procure um médico imediatamente.

## 🏠 7. PREVENÇÃO DE DESMAIOS

- ✓ Hidrate-se bem - Beba bastante água, especialmente em dias quentes.
- ✓ Evite longos períodos sem comer - Mantenha uma alimentação equilibrada.
- ✓ Evite mudanças bruscas de posição - Levante-se devagar ao sair da cama ou da cadeira.
- ✓ Use roupas leves em dias quentes - Evite lugares abafados e mal ventilados.
- ✓ Pratique atividades físicas regularmente - Isso melhora a circulação sanguínea.
- ✓ Evite álcool em excesso e drogas - Eles podem provocar quedas de pressão e desmaios.
- ✓ Se sentir tontura, sente-se ou deite-se imediatamente - Isso pode evitar uma queda.

## 🏫 EXEMPLOS NA ESCOLA

### 📌 Caso 1 - Aluno desmaia no recreio

Um estudante está brincando no sol e, de repente, cai desacordado. Professores devem deitá-lo, elevar suas pernas e ventilar o ambiente. Se ele não acordar em 1 minuto ou apresentar sinais graves, deve-se chamar o SAMU (192).

### 📌 Caso 2 - Professora sente tontura durante a aula

Uma professora fica tonta por ficar muito tempo em pé e quase desmaia. Ela se senta rapidamente, inclina a cabeça entre os joelhos e toma água. Alguns minutos depois, já se sente melhor.

### 📌 Caso 3 - Aluno desmaia após prova difícil

Um estudante passa muito tempo sem comer e está nervoso com a prova. Durante a avaliação, sente tontura e desmaia. Ele é deitado no chão, e suas pernas são elevadas. Após acordar, recebe água e algo para comer.

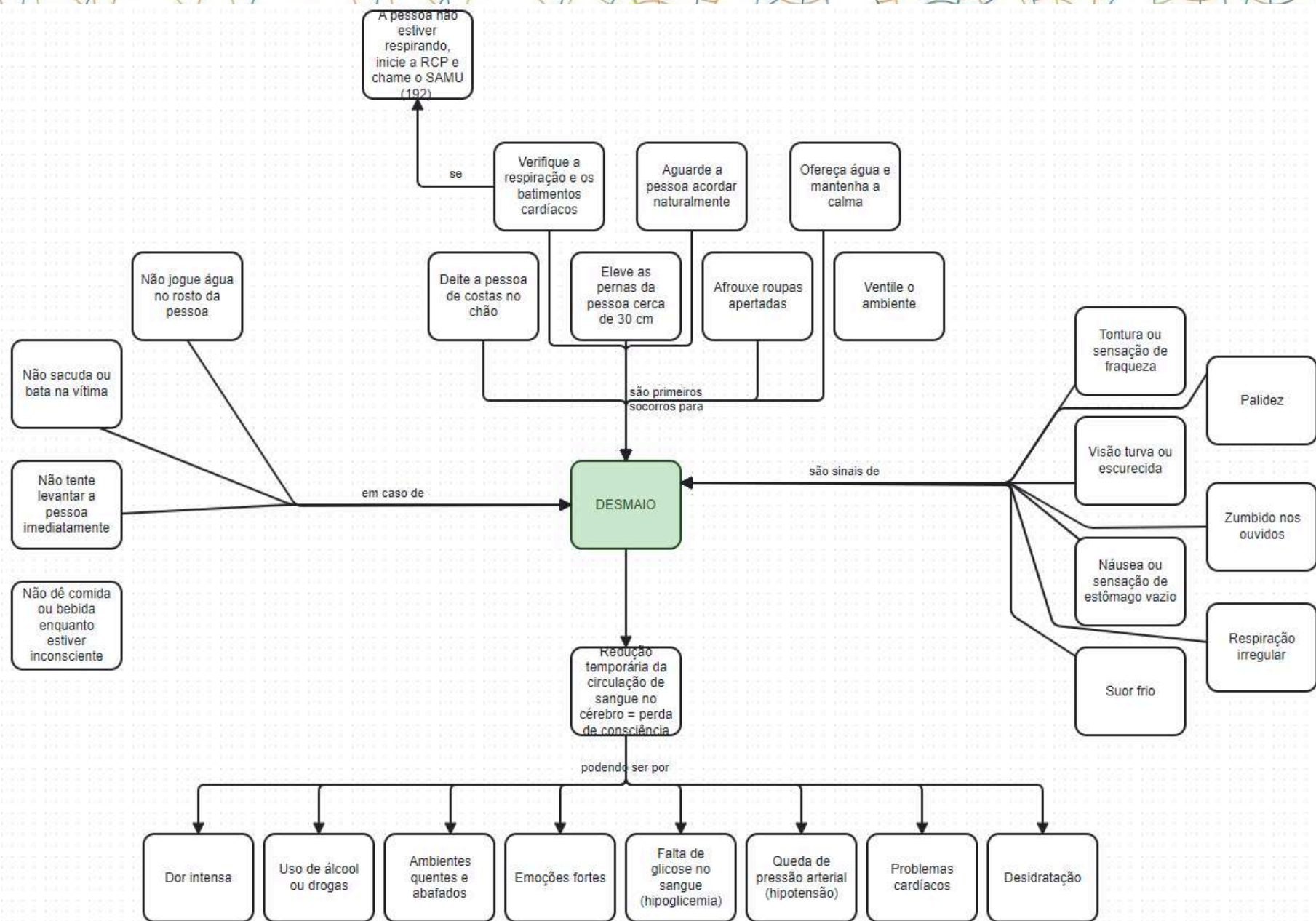
### Hora de Praticar! 🧑‍🎓🏠

Um desmaio pode acontecer de repente e saber como agir é essencial para garantir a segurança da pessoa até que ela recupere a consciência. Assista ao vídeo e aprenda as técnicas corretas para oferecer o primeiro atendimento. Pratique e esteja preparado para agir com confiança! 🙌🌟



## Organizando o Conhecimento! 🧠🗺️

Agora que você aprendeu sobre este tema, vamos estruturar as informações de forma visual! O mapa conceitual a seguir ajudará a conectar os principais pontos e reforçar o que foi estudado. Explore as conexões e revise os conceitos para consolidar seu aprendizado! 🚀📖





# QUEIMADURAS



As queimaduras podem acontecer em diversas situações na escola, desde um acidente na aula de ciências até o contato com objetos quentes na cozinha da cantina. Saber agir corretamente faz toda a diferença!

## 🔥 1. O QUE É UMA QUEIMADURA?

A queimadura ocorre quando a pele é lesionada por calor, substâncias químicas, eletricidade ou radiação. A gravidade varia, conforme a profundidade e extensão da lesão.

## ⚠️ 2. CAUSAS COMUNS NA ESCOLA

- ✓ Contato com objetos quentes – Painelas na cantina, ferros de solda, lâmpadas aquecidas.
- ✓ Queimaduras químicas – Experimentos de química com ácidos ou produtos de limpeza.
- ✓ Exposição ao sol – Alunos que ficam muito tempo no recreio sem proteção.
- ✓ Eletricidade – Tomadas, fios desencapados ou acidentes com aparelhos elétricos.
- ✓ Líquidos quentes – Chá, café ou sopa derramada acidentalmente.
- Exemplo na escola: Durante um experimento, um aluno derrama álcool na mão e acidentalmente encosta em uma chama.

## ◆ 3. CLASSIFICAÇÃO DAS QUEIMADURAS

As queimaduras são classificadas de acordo com a profundidade da lesão:

● 1º grau (Leve): Vermelhidão, dor e inchaço. Apenas a camada superficial da pele é afetada.

● 2º grau (Moderada): Formação de bolhas, dor intensa e inchaço. Atinge camadas mais profundas da pele.

● 3º grau (Grave): Pele carbonizada, esbranquiçada ou sem dor devido à destruição dos nervos. Pode afetar músculos e ossos.

● Exemplo na escola: Um aluno queima a mão ao encostar em uma lâmpada incandescente e sente dor intensa com a formação de bolhas.



# QUEIMADURAS

## Simplificando

Queimaduras acontecem quando algo quente, um produto químico ou até a eletricidade danifica a pele.

● Exemplo na escola: Um aluno encosta acidentalmente no ferro de solda durante a aula de robótica e sente uma ardência imediata.

### 4. O QUE FAZER EM CASO DE QUEIMADURA?

#### ◆ Queimadura de 1º grau (Leve)

✓ Lave o local com água fria corrente por 10 a 20 minutos.

✓ Seque com cuidado e não fure bolhas (se houver).

✓ Aplique uma pomada hidratante e proteja do sol.

● Exemplo na escola: Durante a aula de educação física, um aluno fica muito tempo no sol e fica com a pele vermelha. Ele é orientado a se hidratar e aplicar um creme calmante.

#### ◆ Queimadura de 2º grau (Moderada)

✓ Lave com água fria corrente por 10 a 20 minutos.

✓ Cubra com um pano limpo e seco.


✓ NÃO estoure as bolhas.

✓ Procure atendimento médico.


● Exemplo na escola: Na cantina, um funcionário derrama sopa quente no braço de um aluno. Ele é encaminhado à enfermaria e, após os primeiros socorros, levado ao hospital.


### 4. O QUE FAZER EM CASO DE QUEIMADURA?

#### ◆ Queimadura de 3º grau (Grave) – Emergência!

 Chame o SAMU (192) imediatamente.


 Não remova roupas grudadas na pele.

 Cubra a área queimada com um pano limpo e seco.


 Não jogue água gelada – pode causar choque térmico.


● Exemplo na escola: Um aluno sofre uma queimadura grave ao encostar em um fio desencapado no laboratório. O professor aciona o SAMU e mantém o aluno deitado até a chegada da ambulância.

### 5. O QUE NÃO FAZER EM CASO DE QUEIMADURA

 Não passe pasta de dente, manteiga, óleo ou clara de ovo

 Não use gelo direto na queimadura.

 Não estoure bolhas.

 Não remova a pele queimada

● Exemplo na escola: Após uma queimadura na aula de química, um aluno coloca gelo diretamente na pele, o que agrava a lesão.



# QUEIMADURAS

## 💡 Atenção

As queimaduras podem ser evitadas com cuidados simples, e saber prestar os primeiros socorros é essencial para evitar complicações. Em caso de queimadura grave, acione o SAMU imediatamente!

🎓 Lembre-se: A segurança na escola é responsabilidade de todos! 🚒🔥

## 🚒 6. QUANDO PROCURAR AJUDA MÉDICA?

- Se a queimadura for grande (maior que a palma da mão da vítima).
- Se houver bolhas grandes ou sinais de infecção.
- Se for uma queimadura de 3º grau.
- Se a queimadura for no rosto, mãos, pés ou articulações.
- Se a vítima tiver dificuldade para respirar.
- ✚ Em caso de dúvida, sempre procure um hospital!
- Exemplo na escola: Um aluno inala fumaça após um incêndio no laboratório. Ele começa a ter dificuldade para respirar e é levado ao hospital imediatamente.

## 🏠 7. PREVENÇÃO DE QUEIMADURAS NA ESCOLA

- ✓ Supervisão constante em laboratórios e cozinhas escolares.
- ✓ Uso correto de equipamentos de segurança (luvas, aventais, óculos de proteção).
- ✓ Evitar exposição excessiva ao sol e sempre usar protetor solar.
- ✓ Manter produtos químicos e elétricos fora do alcance dos alunos menores.
- ✓ Nunca deixar líquidos quentes em locais acessíveis.
- Exemplo na escola: A professora de química sempre revisa os procedimentos de segurança antes dos experimentos para evitar acidentes.

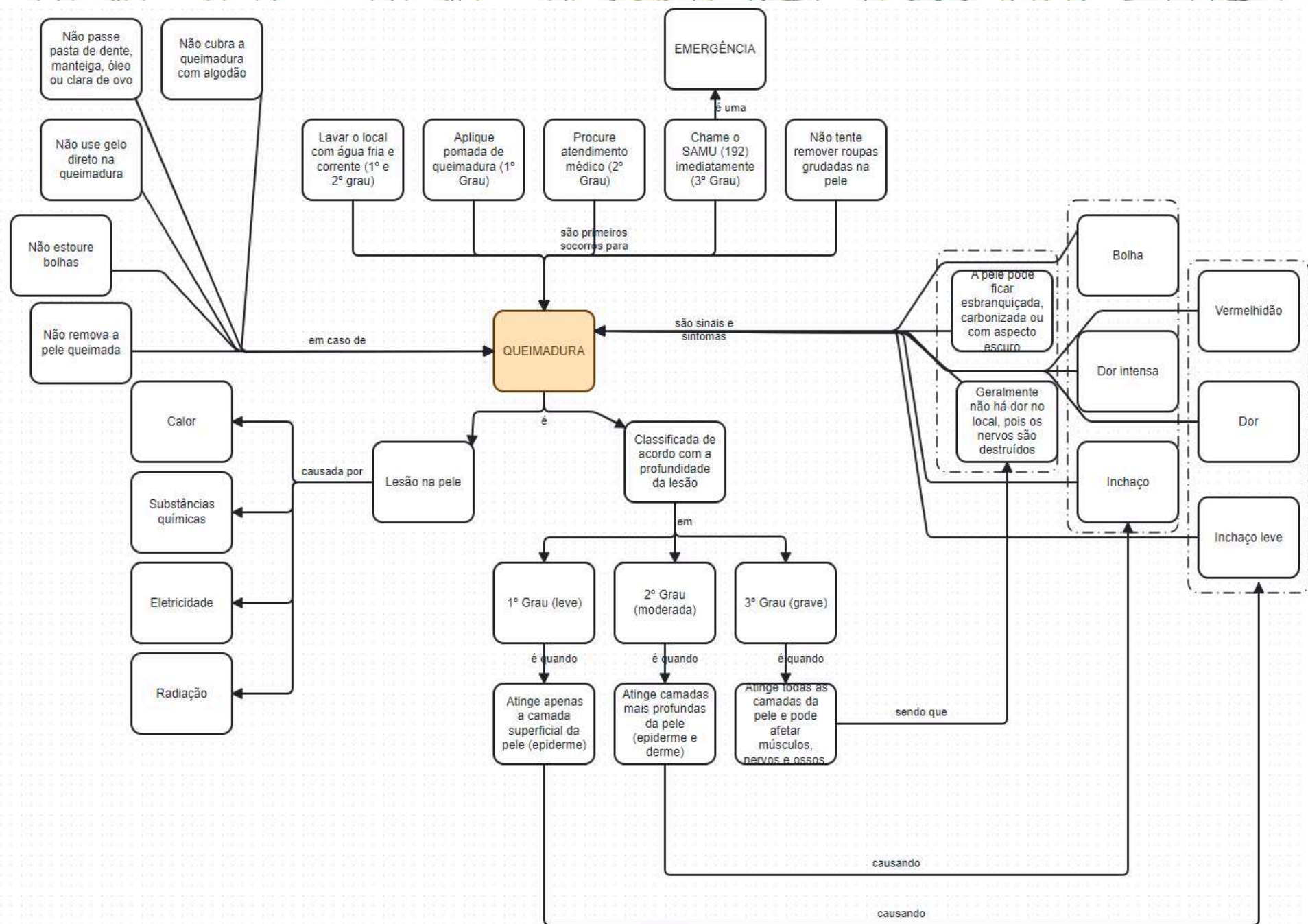
### Hora de Praticar! 🔥🚒

Uma queimadura pode causar danos sérios se não for tratada corretamente! Saber como agir nos primeiros minutos faz toda a diferença na recuperação. Assista ao vídeo e aprenda as técnicas essenciais para prestar os primeiros socorros de forma segura e eficaz. Praticar esse conhecimento pode evitar complicações! 🙌🌟



## Organizando o Conhecimento! 🧠🗺️

Agora que você aprendeu sobre este tema, vamos estruturar as informações de forma visual! O mapa conceitual a seguir ajudará a conectar os principais pontos e reforçar o que foi estudado. Explore as conexões e revise os conceitos para consolidar seu aprendizado! 🚀📖





# HEMORRAGIA



A hemorragia é a perda excessiva de sangue devido a um corte, ferimento ou ruptura interna. Se não controlada rapidamente, pode levar a choque hemorrágico e morte. Saber agir corretamente pode salvar vidas!

## 1. O QUE É HEMORRAGIA?

A hemorragia ocorre quando há sangramento excessivo, podendo ser externa (visível) ou interna (dentro do corpo, sem sangramento aparente).

Se o sangramento for intenso, pode levar a um choque hemorrágico, **no qual** o corpo perde sangue **necessário** para manter os órgãos funcionando.

## 2. TIPOS DE HEMORRAGIA

### 🔴 Hemorragia Externa

- ✓ Ocorre quando há um ferimento visível na pele.
- ✓ Pode ser causada por cortes, quedas, acidentes ou perfurações.

### ⚠️ Hemorragia Interna

- ✓ Acontece dentro do corpo, sem sangramento aparente.
- ✓ Pode ser causada por traumas fortes (acidentes de carro, quedas, pancadas no abdômen).
- ✓ É muito perigosa, pois pode ser difícil de identificar.

## 2. TIPOS DE HEMORRAGIA

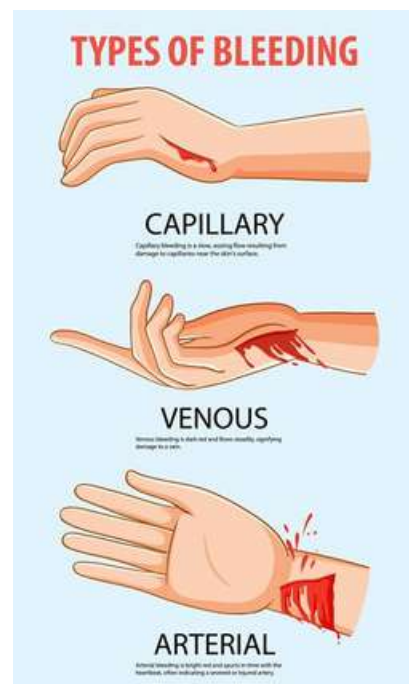
### ● Hemorragia Arterial vs. Venosa vs. Capilar

✓ Arterial (**mais grave**) – O sangue sai em jatos, é vermelho vivo e difícil de estancar.

✓ Venosa – O sangue escorre de forma contínua e tem cor vermelho-escuro.

✓ Capilar – Sangramento leve, como pequenos cortes ou arranhões.

● Exemplo na escola: Durante a aula de educação física, um aluno cai **ao correr** e raspa o joelho, gerando uma hemorragia capilar leve.



# HEMORRAGIA

## 💡 Simplificando

Hemorragia acontece quando alguém perde muito sangue por um ferimento ou uma lesão interna.

🔴 Exemplo na escola: Um aluno se corta com um vidro quebrado ao tentar pegar uma bola caída no pátio, e começa a sangrar bastante.

### 🚑 3. O QUE FAZER EM CASO DE HEMORRAGIA EXTERNA?

- 1 Mantenha a calma e proteja-se - Use luvas ou um pano limpo para evitar contato direto com o sangue.
- 2 Comprima o local com um pano limpo ou gaze - Pressione firmemente para estancar o sangramento.
- 3 Se possível, eleve o membro ferido acima do nível do coração - Isso ajuda a reduzir a perda de sangue.
- 4 Mantenha a pressão constante por pelo menos 10 minutos - Evite soltar para "ver se parou".
- 5 Se o sangramento não parar, aplique mais pressão ou um curativo compressivo.
- 6 Chame o SAMU (192) se o sangramento for intenso ou não parar.



## 💡 Atenção

- ✖ Se houver um objeto encravado (vidro, faca, madeira), **NÃO REMOVA** - Isso pode aumentar a hemorragia. Apenas comprima ao redor do ferimento e chame o socorro!
- 🔴 Exemplo na escola: Durante uma atividade na horta, um aluno corta a mão com um pedaço de arame. O professor pressiona o ferimento com um pano limpo e encaminha o aluno para atendimento.

### ⚠ 4. O QUE FAZER EM CASO DE HEMORRAGIA INTERNA?

🚑 A hemorragia interna é silenciosa, mas muito perigosa.

Sinais de alerta

- 🔴 Pele pálida e fria
- 🔴 Tontura ou desmaio
- 🔴 Dor intensa na região afetada (barriga, tórax, cabeça)
- 🔴 Pulso fraco e acelerado
- 🔴 Dificuldade para respirar

O que fazer?

- ✅ Deite a vítima e mantenha-a calma.
- ✅ Chame o SAMU (192) imediatamente.
- ✅ Não ofereça líquidos nem alimentos.
- ✅ Se possível, mantenha as pernas elevadas para melhorar a circulação.

🚑 A hemorragia interna pode ser fatal! O único tratamento adequado é no hospital.

# HEMORRAGIA

## 💡 Atenção

A hemorragia pode ser uma emergência grave, mas a ação rápida pode salvar vidas. Pressionar o local do sangramento e chamar o socorro rapidamente são as principais medidas. Se houver suspeita de hemorragia interna, leve a vítima imediatamente ao hospital! 🚑

### ❌ 5. O QUE NÃO FAZER EM CASO DE HEMORRAGIA

- ❌ Não tente limpar ferimentos profundos - Apenas comprima o local.
- ❌ Não remova objetos encravados no corpo - Isso pode piorar a hemorragia.
- ❌ Não aplique pó de café, açúcar, álcool ou qualquer substância no ferimento - Isso pode causar infecção.
- ❌ Não tente estancar sangramentos de ouvidos e nariz se houver suspeita de traumatismo craniano - Deixe o sangue escorrer e procure ajuda.
- ❌ Não ignore sintomas de choque hemorrágico (pele fria, palidez, tontura) - Isso pode ser um sinal de que a vítima está em risco de vida.
- Exemplo na escola: Um aluno tenta parar o sangramento de um corte na mão aplicando álcool, o que agrava a dor e pode causar complicações.

### 🚑 6. QUANDO PROCURAR AJUDA MÉDICA?

- 📌 Chame o SAMU (192) imediatamente se:
  - O sangramento não parar após 10 minutos de compressão
  - A vítima perder a consciência ou ficar muito pálida
  - Houver suspeita de hemorragia interna
  - O ferimento for profundo ou causado por objeto perfurante
  - A hemorragia for arterial (sangue jorrando em pulsos)
- Exemplo na escola: Um aluno sofre um corte profundo com uma tesoura, e o sangramento não para. O professor aciona o SAMU para atendimento imediato.





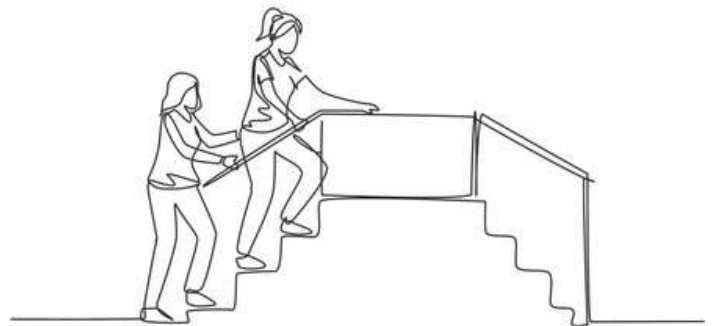
# HEMORRAGIA

## 💡 Atenção

A hemorragia pode ser uma emergência grave, mas a ação rápida pode salvar vidas. Pressionar o local do sangramento e chamar o socorro rapidamente são as principais medidas. Se houver suspeita de hemorragia interna, leve a vítima imediatamente ao hospital! 🚑

## 🏠 7. PREVENÇÃO DE HEMORRAGIAS

- ✓ Use equipamentos de proteção ao manusear objetos cortantes.
- ✓ Evite quedas, mantendo um ambiente seguro (pisos antiderrapantes, corrimãos).
- ✓ Ao dirigir, use cinto de segurança e respeite as leis de trânsito.
- ✓ Tenha cuidado ao cozinhar - Facas e óleo quente são causas comuns de cortes e queimaduras.
- ✓ Manuseie ferramentas e máquinas com cautela - Use luvas e equipamentos adequados.



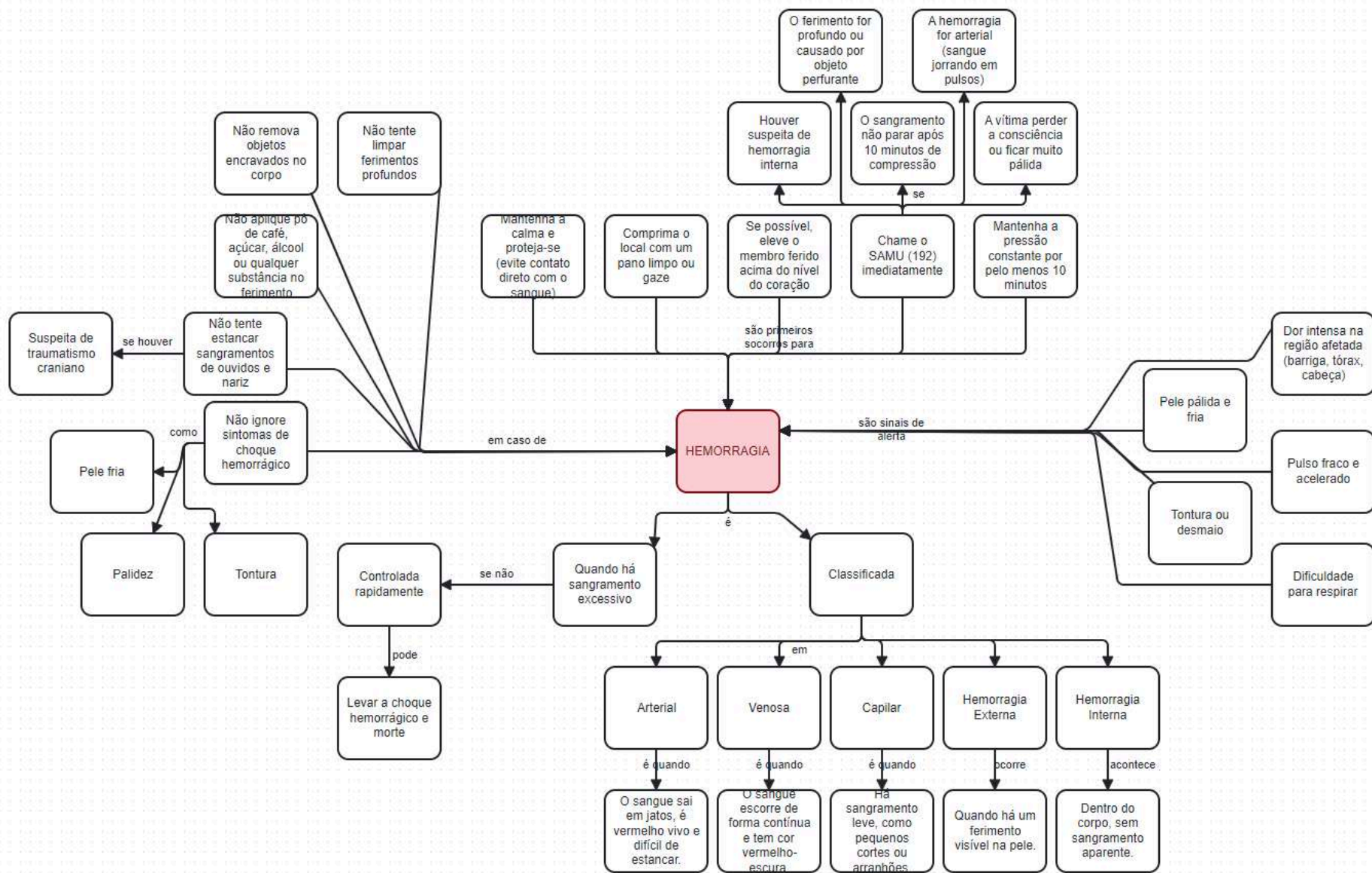
● Exemplo na escola: O professor de artes instrui os alunos a usarem tesouras de ponta arredondada para evitar cortes durante as atividades.

### Hora de Praticar! 🚑🏠

Uma hemorragia pode se tornar grave rapidamente, e saber como agir pode salvar vidas! Assista ao vídeo e aprenda as técnicas corretas para conter o sangramento de forma segura e eficaz. Praticar esse conhecimento pode fazer toda a diferença em uma emergência! 🙌👍

## Organizando o Conhecimento! 🧠🗺️

Agora que você aprendeu sobre este tema, vamos estruturar as informações de forma visual! O mapa conceitual a seguir ajudará a conectar os principais pontos e reforçar o que foi estudado. Explore as conexões e revise os conceitos para consolidar seu aprendizado! 🚀📖



# MÓDULO 4

## Emergências Graves



# PARADA CARDIORRESPIRATÓRIA



A parada cardiorrespiratória (PCR) ocorre quando o coração para de bater, e a pessoa deixa de respirar. Trata-se de um estado crítico, que requer ação imediata para evitar a morte da vítima.

## 1. O QUE É UMA PARADA CARDIORRESPIRATÓRIA?

A parada cardiorrespiratória ocorre quando o coração para de bombear sangue, e os pulmões deixam de fornecer oxigênio ao corpo. Se não for tratada rapidamente, pode levar à morte em poucos minutos.

Após uma parada cardíaca, o cérebro começa a sofrer danos irreversíveis após 4 a 6 minutos sem oxigênio. Por isso, a reação rápida e correta é essencial para salvar a vida da vítima.

## 2. CAUSAS COMUNS

- ✓ Infarto agudo do miocárdio (ataque cardíaco)
- ✓ Afogamento
- ✓ Choque elétrico
- ✓ Trauma grave (acidente, pancada forte no peito ou cabeça)
- ✓ Engasgamento severo
- ✓ Reação alérgica grave (anafilaxia)
- ✓ Intoxicação por drogas ou overdose
- ✓ Acidente vascular cerebral (AVC) grave

🏫 Na escola: Alunos podem sofrer parada cardiorrespiratória por engasgamento, quedas, crises alérgicas graves ou até problemas cardíacos não diagnosticados.

## 3. SINAIS E SINTOMAS DE PARADA CARDIORRESPIRATÓRIA

✳ Identificar os sinais rapidamente aumenta as chances de sobrevivência!

- A vítima não responde quando chamada ou sacudida
- Não respira ou tem respiração anormal (*gasping* – respiração irregular e fraca)
- Não há pulso detectável
- Pele azulada ou acinzentada (sinais de falta de oxigênio)
- Olhos sem reação e fixos

Se a pessoa apresentar esses sinais, inicie imediatamente a RCP (Reanimação Cardiopulmonar)!



# PARADA CARDIORRESPIRATÓRIA

💡 Simplificando

Se a pessoa desmaia, não responde e para de respirar, pode estar em parada cardiorrespiratória! Quanto mais rápido agir, maiores as chances de salvar a vida dela.

🏫 Na escola: Se um aluno ou colega desmaiar repentinamente e não estiver respirando, inicie os procedimentos de emergência imediatamente!

## **SOS 4. O QUE FAZER EM CASO DE PARADA CARDIORRESPIRATÓRIA? (RCP – REANIMAÇÃO CARDIOPULMONAR)**

A RCP salva vidas ao restaurar o fluxo sanguíneo para órgãos vitais. Siga esses passos imediatamente:

♦ PASSO 1 – Avaliar a consciência e a respiração

✓ Chame a pessoa em voz alta e sacuda levemente os ombros.

✓ Se não houver resposta, verifique a respiração: veja se o peito sobe e desce.

✓ Se a vítima não respira ou apresenta respiração fraca e irregular, inicie a RCP.

♦ PASSO 2 – Chame o SAMU (192) ou peça ajuda!

✓ Peça para alguém ligar para o serviço de emergência **enquanto você começa as compressões.**

✓ Se houver um **DEA (Desfibrilador Externo Automático) disponível**, peça para trazê-lo.

## **SOS 4. O QUE FAZER EM CASO DE PARADA CARDIORRESPIRATÓRIA? (RCP – REANIMAÇÃO CARDIOPULMONAR)**

♦ PASSO 3 – Inicie as compressões torácicas (RCP)

1 Posicione as mãos no centro do peito (entre os mamilos).

2 Cruze os dedos e mantenha os braços estendidos.

3 Faça compressões rápidas e fortes:

- Pressione o tórax 5 a 6 cm para baixo.
- Realize 100 a 120 compressões por minuto.
- Não interrompa as compressões por mais de 10 segundos.

📌 Dica: A frequência ideal das compressões segue o ritmo da música "Stayin' Alive" dos Bee Gees

🎵 ([https://youtu.be/I\\_izvAbhExY?si=D1cNh3jMOaFZ\\_qB0](https://youtu.be/I_izvAbhExY?si=D1cNh3jMOaFZ_qB0))





# PARADA CARDIORRESPIRATÓRIA

## 💡 Atenção

Mantenha as compressões constantes e não pare até o socorro chegar!

🏫 Na escola: Jamais ofereça água ou tente sacudir um aluno que perdeu a consciência e parou de respirar. A RCP deve ser feita imediatamente.

### **SOS 4. O QUE FAZER EM CASO DE PARADA CARDIORRESPIRATÓRIA? (RCP – REANIMAÇÃO CARDIOPULMONAR)**

- ♦ PASSO 4 – Use o Desfibrilador Externo Automático (DEA), se disponível
- ✓ Ligue o aparelho e siga as instruções de voz.
- ✓ Continue as compressões torácicas enquanto o DEA estiver preparando o choque.
- 🔴 Repita esse ciclo até a chegada do socorro ou até a vítima voltar a respirar.

### **❌ 5. O QUE NÃO FAZER EM CASO DE PARADA CARDIORRESPIRATÓRIA**

- ❌ Não perca tempo tentando "acordar" a vítima sacudindo-a excessivamente.
- ❌ Não sopre na boca da vítima se não se sentir seguro – Compressões são mais importantes!
- ❌ Não interrompa as compressões torácicas por longos períodos – Isso reduz as chances de sobrevivência.
- ❌ Não tente dar líquidos ou comida à vítima inconsciente.
- ❌ Não ignore sinais de parada cardiorrespiratória! – Cada segundo conta.



## 💡 Simplificando

Aperte forte e rápido no meio do peito, sem parar, até a ajuda chegar!

🏫 Na escola: Mantenha a calma e peça para alguém chamar ajuda. Enquanto isso, inicie as compressões torácicas. Se houver um DEA na escola, use-o imediatamente.



# PARADA CARDIORRESPIRATÓRIA

## 💡 Atenção

A parada cardiorrespiratória é uma emergência extrema e cada segundo conta. A RCP rápida e o uso do DEA aumentam drasticamente as chances de sobrevivência. Se você presenciar uma parada cardíaca, não hesite: inicie as compressões torácicas e chame ajuda imediatamente!

### 🚑 6. QUANDO CHAMAR AJUDA MÉDICA?

📌 Sempre chame o SAMU (192) imediatamente se:

- A pessoa não responder e não respirar normalmente.
- A vítima desmaiar após dor no peito (pode ser infarto).
- A parada cardiorrespiratória ocorrer por afogamento ou choque elétrico.
- O paciente apresentar cor azulada e sem pulso.
- Após um choque do DEA, a vítima ainda não acordar.

🌟 Quanto mais rápido o socorro for acionado, maiores são as chances de sobrevivência!

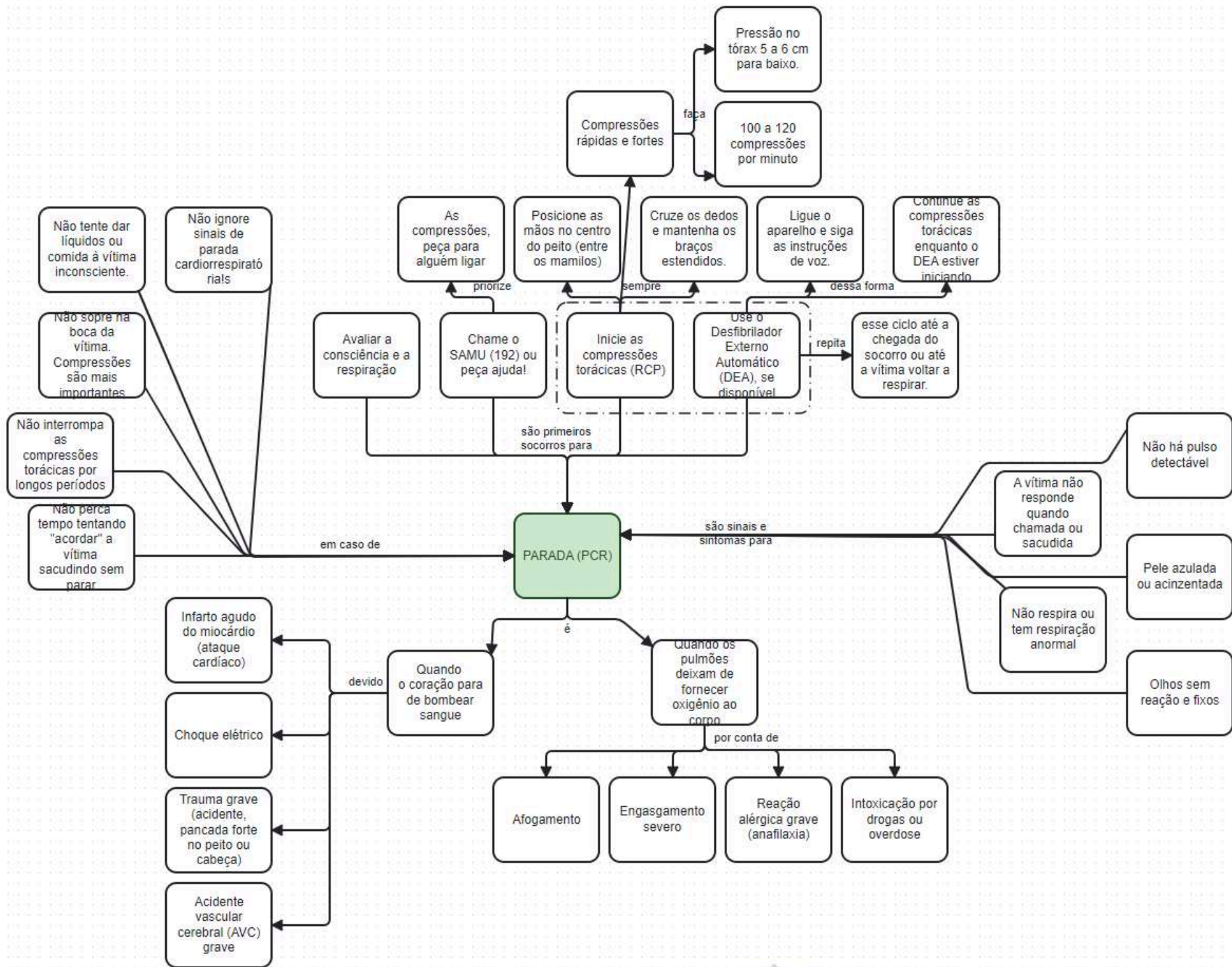


### 🏠 7. PREVENÇÃO DA PARADA CARDIORRESPIRATÓRIA

- ✓ Controle fatores de risco cardíacos – Hipertensão, colesterol alto e diabetes devem ser tratados.
- ✓ Pratique atividades físicas regularmente – Isso fortalece o coração.
- ✓ Evite tabagismo e álcool em excesso – Reduz o risco de doenças cardíacas.
- ✓ Tenha uma alimentação saudável – Menos sal, açúcar e gorduras.
- ✓ Aprenda e ensine a RCP – Quanto mais pessoas souberem, mais vidas serão salvas!

## Organizando o Conhecimento! 🧠🗺️

Agora que você aprendeu sobre este tema, vamos estruturar as informações de forma visual! O mapa conceitual a seguir ajudará a conectar os principais pontos e reforçar o que foi estudado. Explore as conexões e revise os conceitos para consolidar seu aprendizado! 🚀📖





# DOR NO PEITO/INFARTO



A dor no peito pode ter diversas causas, mas, quando é intensa e prolongada, pode indicar um infarto do miocárdio (ataque cardíaco), que é uma emergência médica grave. Reconhecer os sinais e agir rapidamente são ações que podem salvar vidas!

## ❤️ 1. O QUE É UM INFARTO?

O infarto do miocárdio ocorre quando há obstrução do fluxo sanguíneo para o coração, geralmente devido ao acúmulo de placas de gordura nas artérias. Isso faz com que parte do músculo cardíaco não receba oxigênio e comece a morrer.

Se não tratado rapidamente, pode levar à parada cardíaca e à morte.

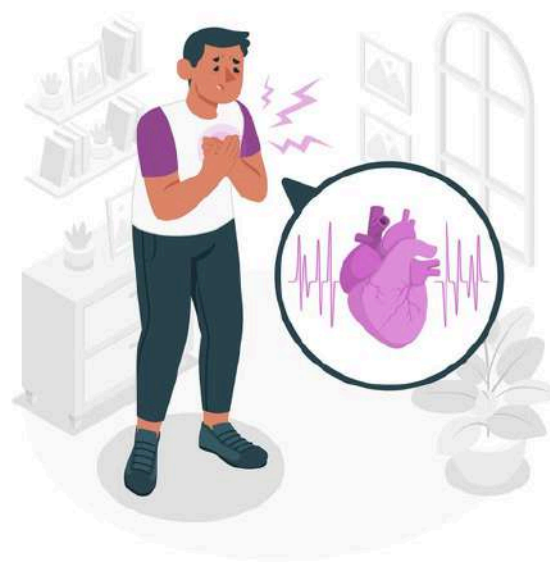
## ⚠️ 2. CAUSAS E FATORES DE RISCO

- ◆ Colesterol alto – Placas de gordura entopem as artérias
- ◆ Hipertensão arterial – Aumenta a pressão sobre o coração
- ◆ Tabagismo – Danifica os vasos sanguíneos
- ◆ Diabetes – Aumenta a inflamação nas artérias
- ◆ Obesidade e sedentarismo – Maior sobrecarga cardíaca
- ◆ Estresse excessivo – Aumenta a pressão e o risco de arritmias
- ◆ Histórico familiar de doenças cardíacas
- 📌 Pessoas com mais de 40 anos, especialmente homens, têm maior risco.

## 🚑 3. SINAIS E SINTOMAS DE INFARTO

Os sintomas do infarto podem variar de pessoa para pessoa, mas os sinais mais comuns incluem:

- Dor no peito intensa e prolongada (aperto, queimação ou peso no tórax)
- Dor que irradia para o braço esquerdo, costas, mandíbula ou pescoço
- Falta de ar
- Suor frio e intenso
- Tontura ou sensação de desmaio
- Náusea e vômito
- Cansaço extremo sem explicação
- 📌 As mulheres e os idosos podem ter sintomas diferentes, como dor no estômago, enjoos e fraqueza intensa.



# DOR NO PEITO/INFARTO

💡 Simplificando

✚ Não tente levar a vítima ao hospital sozinho! O socorro médico especializado é essencial.

✚ Na escola: Se um professor passar mal na sala de aula, peça para um aluno chamar outro adulto enquanto você liga para o SAMU.

## 🚑 4. O QUE FAZER EM CASO DE DOR NO PEITO/INFARTO?

Se alguém estiver com sintomas de infarto, siga estes passos:

- 1 Chame o SAMU (192) imediatamente – O fator *tempo* é determinante!
- 2 Mantenha a vítima calma e sentada.
- 3 Afrouxe roupas apertadas para facilitar a respiração.
- 4 Se a pessoa desmaiar e parar de respirar, inicie a RCP (compressões torácicas) até a chegada do socorro.

## ❌ 5. O QUE NÃO FAZER EM CASO DE INFARTO

- ❌ Não ignore os sintomas – Muitas pessoas acham que é apenas uma dor muscular e perdem tempo precioso.
- ❌ Não dê água ou alimentos – Isso pode dificultar o atendimento médico.
- ❌ Não deixe a pessoa sozinha – Ela pode perder a consciência rapidamente.
- ❌ Não espere a dor passar sozinha – Quanto mais tempo sem atendimento, maior o risco de danos ao coração.
- ❌ Não force a pessoa a se movimentar ou caminhar – Isso pode piorar o quadro.



# DOR NO PEITO/INFARTO

## 💡 Atenção

O infarto é uma emergência grave, mas agir rapidamente pode salvar vidas! Se alguém apresentar dor no peito intensa e persistente, chame o SAMU (192) imediatamente e siga os primeiros socorros. A prevenção é a melhor forma de evitar complicações cardíacas.

📌 Quanto mais rápido o atendimento, maiores as chances de recuperação! 🚑❤️

## 🔍 6. DIFERENÇA ENTRE INFARTO E OUTRAS DORES NO PEITO

Nem toda dor no peito significa infarto. Algumas condições podem causar sintomas semelhantes, mas têm características diferentes:

Situação	Como é a dor?
<b>Infarto</b>	Aperto ou queimação intensa no peito, irradiando para braço, costas, mandíbula. Pode vir com suor frio e falta de ar. Dura mais de 10 min.
<b>Ansiedade/Pânico</b>	Dor em pontadas, sensação de falta de ar, formigamento. Normalmente melhora ao se acalmar.
<b>Refluxo Gástrico</b>	Queimação no peito, piora ao se deitar ou após comer. Pode ser aliviada com antiácidos.
<b>Dor Muscular</b>	Localizada, piora ao se movimentar ou ao tocar a área afetada.

## 🏥 7. PREVENÇÃO DE INFARTO

- ✓ Controle a pressão arterial e o colesterol - Faça exames regulares.
- ✓ Tenha uma alimentação saudável - Reduza o consumo de gorduras saturadas, açúcar e sal.
- ✓ Pratique exercícios físicos - Caminhada, natação ou musculação fortalecem o coração.
- ✓ Evite cigarro e álcool em excesso - Reduz o risco de obstrução das artérias.
- ✓ Gerencie o estresse - Práticas como meditação e lazer ajudam a reduzir a sobrecarga cardíaca.
- ✓ Fique atento ao seu histórico familiar - Se houver casos de doenças cardíacas na família, redobre os cuidados.

### Hora de Praticar! ❤️🧠

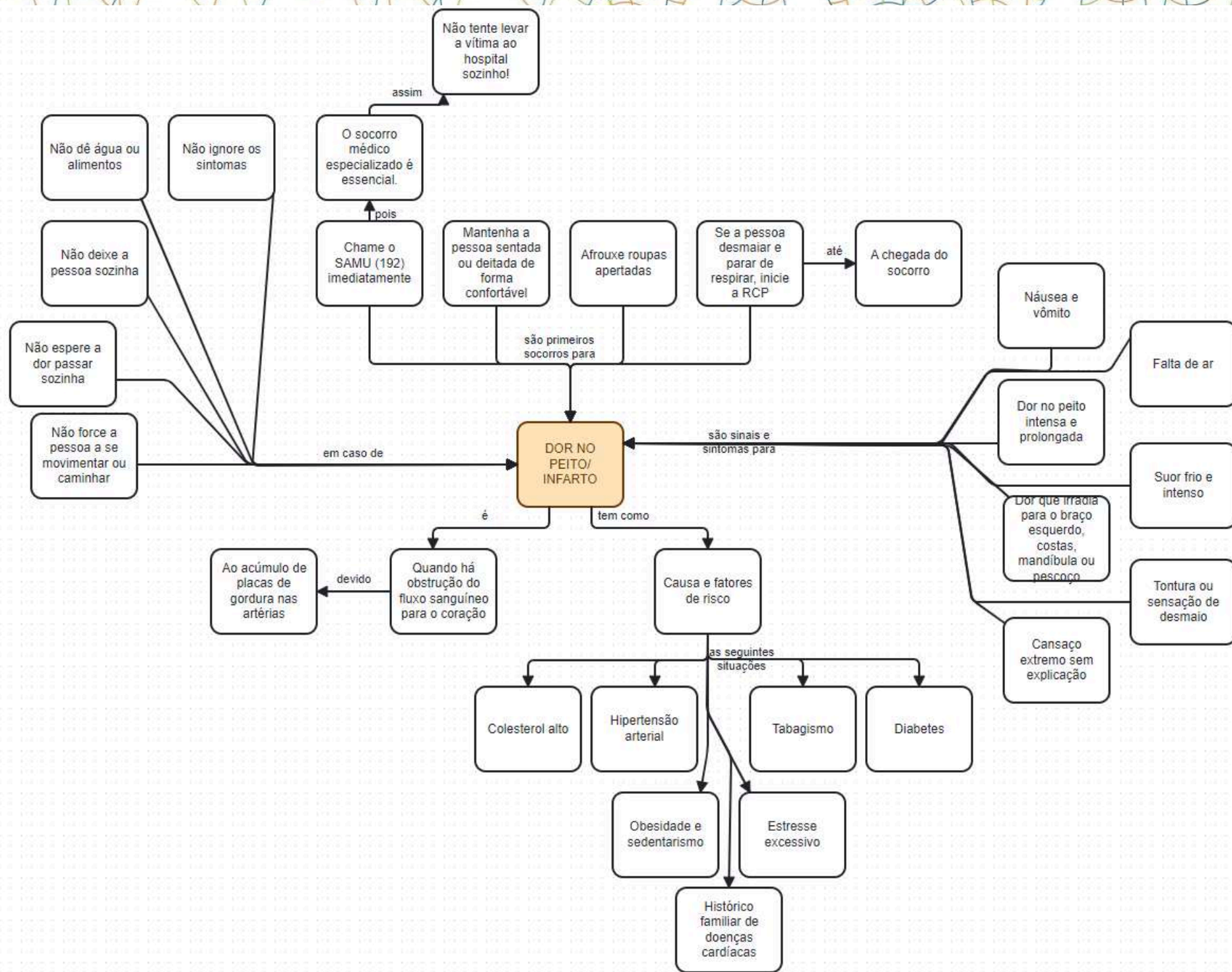
Uma dor no peito pode ser um sinal de algo sério, como um infarto, e agir rapidamente faz toda a diferença! Assista ao vídeo e aprenda como identificar os sinais de alerta e prestar os primeiros socorros corretamente. Pratique esse conhecimento e esteja preparado para ajudar quando for necessário! 🙋🏻👉



## Organizando o Conhecimento! 🧠🗺️

Agora que você aprendeu sobre este tema, vamos estruturar as informações de forma visual! O mapa conceitual a seguir ajudará a conectar os principais pontos e reforçar o que foi estudado. Explore as conexões e revise os conceitos para consolidar seu aprendizado! 📖🔗









# CRISE CONVULSIVA



Uma crise convulsiva acontece quando há uma atividade elétrica anormal no cérebro, resultando em movimentos involuntários, perda de consciência e contrações musculares. Embora possa parecer assustador, manter a calma e agir corretamente pode evitar complicações.

## 1. O QUE É UMA CRISE CONVULSIVA?

A crise convulsiva é uma descarga elétrica anormal no cérebro que pode causar movimentos involuntários, desmaios e até mesmo confusão mental. Pode ser um evento isolado ou um sintoma da epilepsia, uma condição neurológica crônica.

A duração média de uma crise convulsiva é de 30 segundos a 2 minutos. Se durar mais de 5 minutos, pode ser uma emergência médica.

## 2. CAUSAS COMUNS RES DE RISCO

- ◆ Epilepsia - Principal causa das convulsões recorrentes
- ◆ Febre alta (convulsão febril) - Comum em crianças pequenas
- ◆ Traumatismo craniano - Após pancadas na cabeça
- ◆ Hipoglicemia (queda de açúcar no sangue) - Comum em diabéticos
- ◆ Uso ou abstinência de drogas e álcool
- ◆ Infecções do sistema nervoso - Meningite, encefalite
- ◆ AVC (Acidente Vascular Cerebral)
- ◆ Distúrbios metabólicos - Desequilíbrio de sódio, cálcio ou potássio no sangue

## 3. SINAIS E SINTOMAS DE UMA CRISE CONVULSIVA

✚ Nem todas as convulsões são iguais. Algumas envolvem apenas desmaios, outras causam tremores intensos.

● Crises convulsivas generalizadas (Grande Mal)

- ✓ Movimentos involuntários e descontrolados dos braços e pernas
- ✓ Perda de consciência
- ✓ Respiração irregular ou rosnado
- ✓ Rigidez muscular inicial, seguida de tremores
- ✓ Salivação excessiva ou espuma na boca
- ✓ Possível perda de urina ou fezes
- ✓ Confusão mental após a crise



# CRISE CONVULSIVA

💡 Simplificando

- 📌 Qualquer pessoa pode ter uma crise convulsiva em algum momento da vida, mesmo sem histórico de epilepsia.
- 📌 No ambiente escolar: Crianças podem apresentar crises convulsivas sem histórico prévio. Febre alta ou hipoglicemia são causas comuns entre os alunos.

## 🚨 3. SINAIS E SINTOMAS DE UMA CRISE CONVULSIVA

- Crises de ausência (Pequeno Mal)
- ✓ Duração curta (segundos)
- ✓ Olhar fixo e vazio
- ✓ Pequenos espasmos no rosto ou nas mãos
- ✓ A pessoa "desliga" e não responde por alguns segundos



## SOS 4. O QUE FAZER DURANTE UMA CRISE CONVULSIVA?

- 1 Mantenha a calma e proteja a vítima de ferimentos.
- 2 Afaste objetos perigosos ao redor (móveis, vidros, quinas).
- 3 Coloque a pessoa de lado para evitar sufocamento com saliva ou vômito.
- 4 Coloque algo macio sob a cabeça (almofada, casaco ou sua mão).
- 5 Aguarde a crise passar - Normalmente, dura de 30 segundos a 2 minutos.
- 6 Após a crise, fale com a pessoa com calma e ajude-a a se recuperar.

💡 **Atenção**

- 📌 Após a crise, a pessoa pode ficar sonolenta, confusa ou sentir dor de cabeça. Isso é normal.
- 📌 Na escola: Um aluno pode apresentar uma crise de ausência e parecer distraído ou desatento. Caso isso aconteça repetidamente, a família deve ser informada.

# CRISE CONVULSIVA

## 💡 Atenção

- ✚ Na escola: Evite o pânico entre os alunos. Explique brevemente que a crise passará e peça ajuda à equipe de saúde escolar.
- ✚ Simplificando: O corpo precisa terminar a crise sozinho. Apenas garanta que a pessoa esteja segura.

## 🚑 6. QUANDO PROCURAR AJUDA MÉDICA?

- ✚ Chame o SAMU (192) imediatamente se:
- A crise durar mais de 5 minutos
- A pessoa tiver outra crise em seguida, sem recuperar a consciência
- A vítima se machucar gravemente durante a crise
- A pessoa não recuperar a consciência após a crise
- For a primeira convulsão da vida da pessoa
- A convulsão ocorrer em uma mulher grávida, em um idoso ou em um doente ou diabético
- Após um trauma na cabeça ou afogamento
- ✚ Na maioria dos casos, a crise passa sozinha, e não há necessidade de hospitalização.

## 🏠 7. PREVENÇÃO DE CRISES CONVULSIVAS

- ✓ Se for epilético, tome os medicamentos corretamente.
- ✓ Evite falta de sono e estresse excessivo, pois podem desencadear crises.
- ✓ Alimente-se bem e evite longos períodos de jejum (para evitar hipoglicemia).
- ✓ Se tiver crises convulsivas frequentes, use pulseira de identificação médica.
- ✓ Mantenha objetos cortantes ou perigosos longe do alcance de crianças.
- ✓ Evite álcool e drogas, pois podem provocar crises convulsivas.
- ✚ No ambiente escolar: Professores e funcionários devem conhecer os alunos com epilepsia e saber como agir em caso de crise.

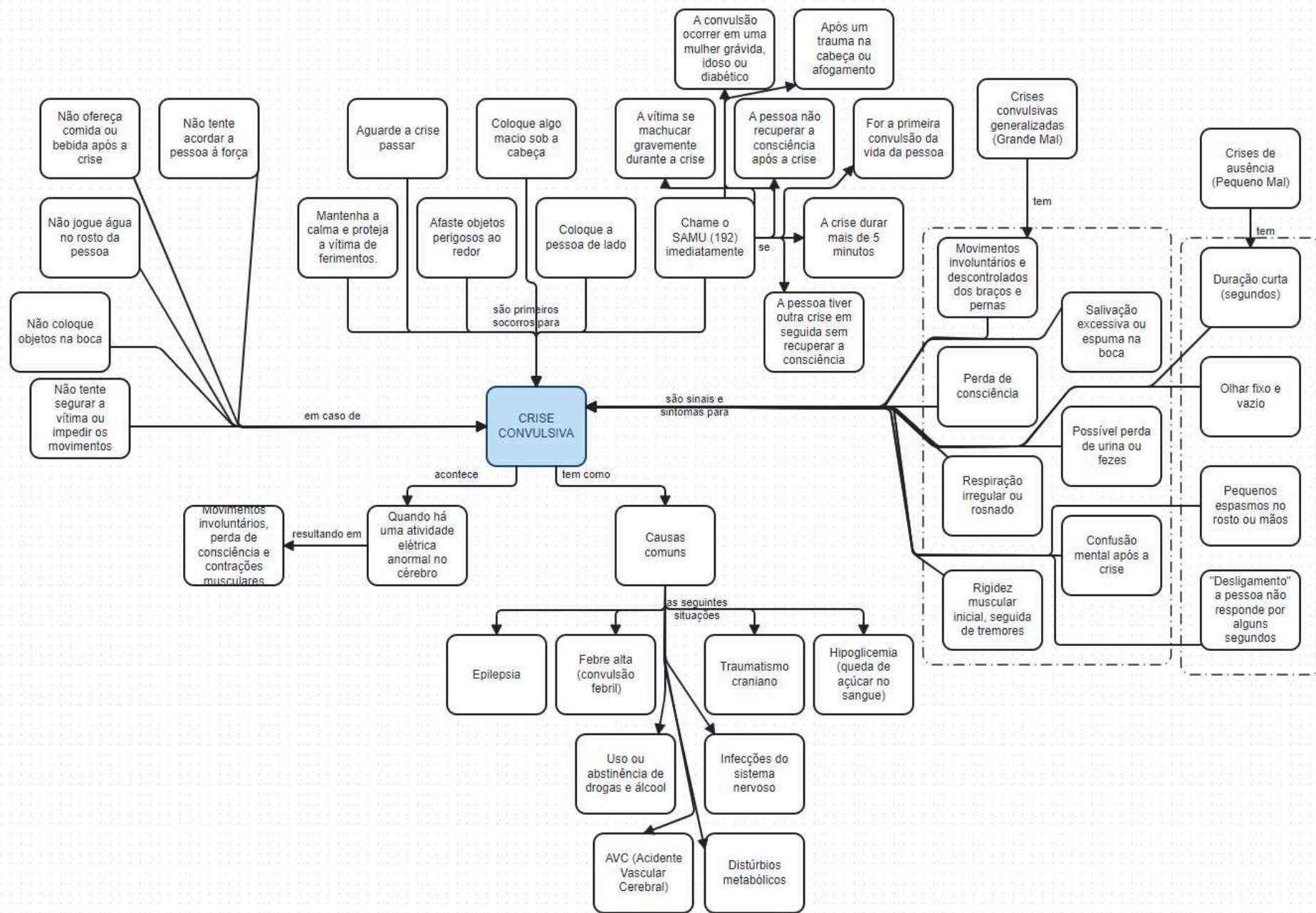
### Hora de Praticar! 🚑🏠

Uma crise convulsiva pode ser assustadora, mas saber como agir com calma e segurança é essencial! Assista ao vídeo e aprenda os passos corretos para proteger a pessoa e prestar o auxílio adequado. Pratique esse conhecimento e esteja preparado para agir quando for necessário! 🙌🌟



## Organizando o Conhecimento! 🧠🗺️

Agora que você aprendeu sobre este tema, vamos estruturar as informações de forma visual! O mapa conceitual a seguir ajudará a conectar os principais pontos e reforçar o que foi estudado. Explore as conexões e revise os conceitos para consolidar seu aprendizado! 📖🔗





# ACIDENTE VASCULAR CEREBRAL



O Acidente Vascular Cerebral (AVC), também conhecido como derrame cerebral, ocorre quando o fluxo sanguíneo para o cérebro é interrompido, causando danos às células cerebrais.

## 1. O QUE É UM AVC?

O AVC acontece quando o cérebro deixa de receber oxigênio e nutrientes, devido à interrupção do fluxo sanguíneo. Quanto mais tempo sem atendimento, maior é o risco de sequelas permanentes.

## ◆ 2. TIPOS DE AVC

### ■ AVC Isquêmico (85% dos casos)

- ✓ Causado por entupimento das artérias do cérebro por placas de gordura ou coágulos.
- ✓ É o tipo mais comum e pode ser tratado com medicamentos para dissolver o coágulo.

### ■ AVC Hemorrágico (15% dos casos)

- ✓ Causado pelo rompimento de um vaso sanguíneo no cérebro, levando a um sangramento interno.
- ✓ Mais grave e, geralmente, ocorre devido à pressão alta descontrolada.

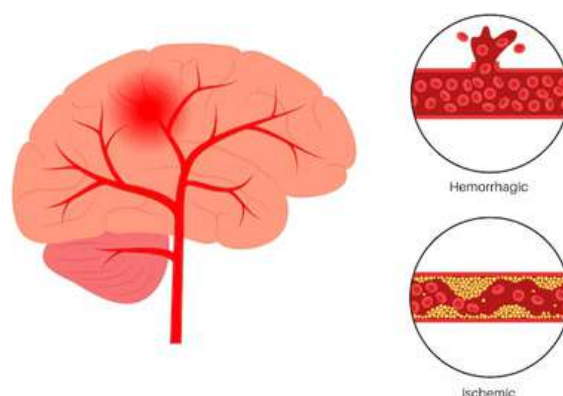
### ■ Acidente Isquêmico Transitório (AIT) - Mini AVC

- ✓ Pequena obstrução temporária do fluxo sanguíneo.
- ✓ Os sintomas desaparecem em até 24 horas, mas é um aviso de que um AVC mais grave pode ocorrer.

## ⚠ 3. FATORES DE RISCO PARA AVC

- ◆ Hipertensão arterial (pressão alta) - Principal fator de risco!
  - ◆ Colesterol alto - Aumenta o risco de entupimento das artérias
  - ◆ Diabetes - Prejudica a circulação sanguínea
  - ◆ Tabagismo - Danifica os vasos sanguíneos
  - ◆ Obesidade e sedentarismo - Elevam o risco cardiovascular
  - ◆ Consumo excessivo de álcool e drogas
  - ◆ Histórico familiar de AVC
- ✚ Controlar esses fatores reduz consideravelmente o risco de um AVC.

BRAIN STROKE





# ACIDENTE VASCULAR CEREBRAL

● Simplificando o AVC – Como Identificar e Agir Rapidamente na Escola

O Acidente Vascular Cerebral (AVC) pode acontecer de forma repentina e, se não tratado rapidamente, pode deixar sequelas permanentes.

## 4. SINAIS E SINTOMAS DO AVC – TESTE SAMU (FAST)

Para identificar rapidamente um AVC, utilize o Teste SAMU (FAST, em inglês):

● S – SORRISO (Face)

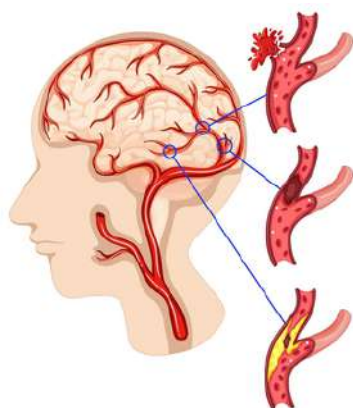
✓ Peça para a pessoa sorrir.

✓ Se um lado do rosto estiver caído ou torto, pode ser AVC.

● A – ABRAÇO (Arms)

✓ Peça para a pessoa levantar os dois braços.

✓ Se um braço não se mover ou cair, pode ser AVC.



## 4. SINAIS E SINTOMAS DO AVC – TESTE SAMU (FAST)

● M – MENSAGEM (Speech)

✓ Peça para a pessoa dizer uma frase simples.

✓ Se a fala estiver arrastada, confusa ou incompreensível, pode ser AVC.

● U – URGÊNCIA

✓ Se um desses sinais estiver presente, chame o SAMU (192) imediatamente!

Outros sintomas incluem:

✓ Fraqueza ou dormência súbita em um lado do corpo

✓ Dificuldade para enxergar ou visão dupla

✓ Dor de cabeça intensa e súbita, sem causa aparente

✓ Tontura, falta de equilíbrio ou dificuldade para andar

### 💡 Atenção

Aqui estão os passos para agir com segurança e eficiência em uma situação de AVC:

#### 1. Identificando os sinais com o Teste SAMU (FAST)

- Sorriso: Peça para a pessoa sorrir. Se um lado do rosto estiver caído, pode ser AVC.
- Braços: Peça para levantar ambos os braços. Se um cair, pode ser AVC.
- Fala: Peça para falar uma frase simples. Se a fala estiver estranha, pode ser AVC.
- Urgência: Se algum desses sintomas aparecer, ligue para o SAMU (192) imediatamente!

2. Exemplo na escola: Imagine, que durante uma aula, um professor começa a apresentar dificuldade para falar e tem um dos braços caindo. Isso pode ser um sinal de AVC. Não espere para ver se melhora, ligue imediatamente para o SAMU e mantenha a calma.

# ACIDENTE VASCULAR CEREBRAL

## 💡 **Atenção**

O AVC é uma das principais causas de morte e incapacidade no mundo, mas pode ser tratado se identificado rapidamente. O Teste SAMU (FAST) ajuda a reconhecer os sinais precocemente.

📌 Se houver suspeita de AVC, chame o SAMU (192) imediatamente! Quanto antes o tratamento for iniciado, maiores são as chances de recuperação. 🚑

## **SOS 5. O QUE FAZER EM CASO DE AVC?**

Ligue para o SAMU (192) imediatamente!  
Mantenha a vítima deitada de lado, com a cabeça levemente elevada.

Afrouxe roupas apertadas para facilitar a respiração.

Fale com a vítima de forma calma – Mesmo quetenha dificuldade para responder.

Anote o horário do início dos sintomas – Isso ajuda os médicos a decidirem o tratamento adequado.

## **🏠 7. PREVENÇÃO DO AVC**

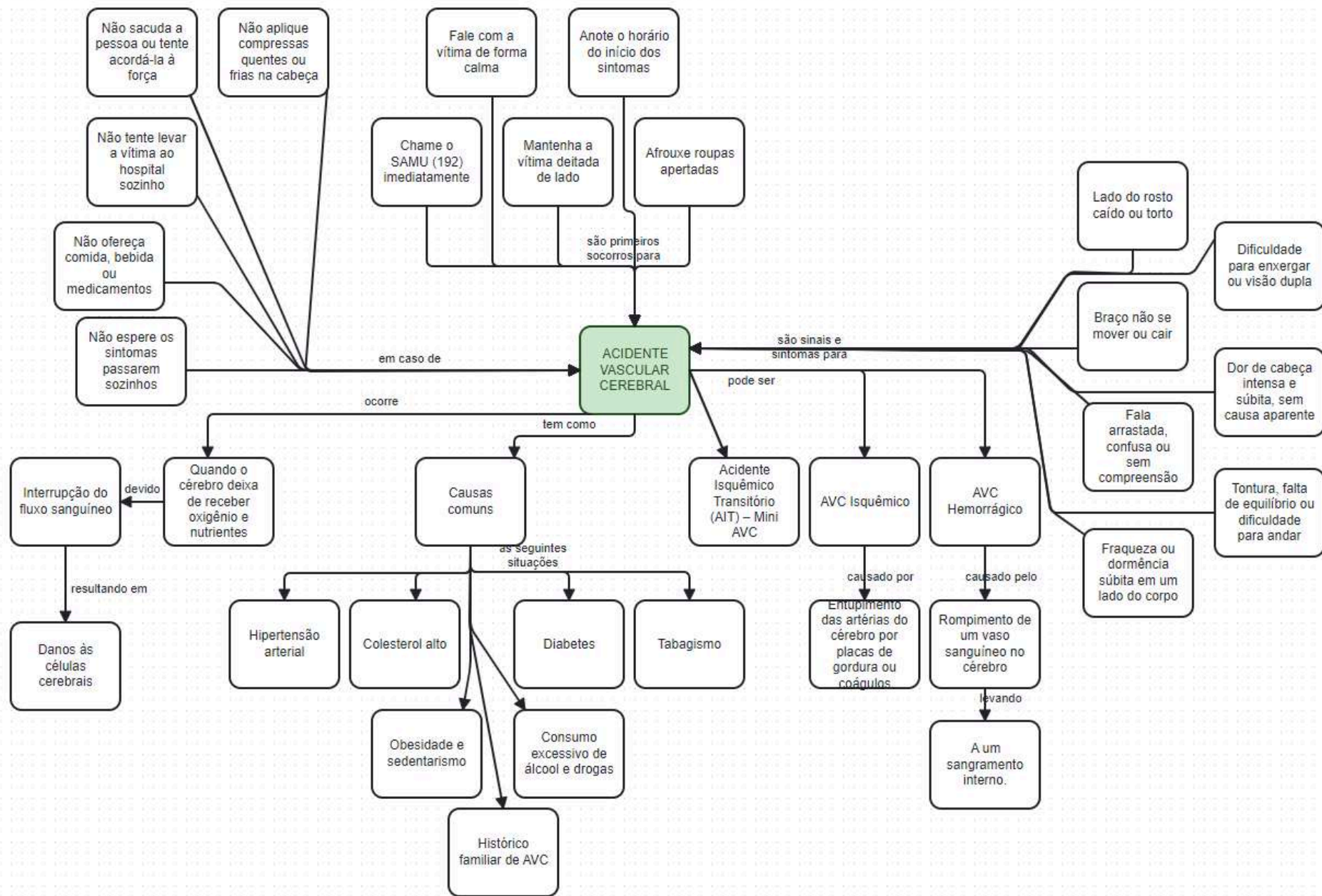
- ✓ Controle a pressão arterial – Meça regularmente e siga o tratamento médico
- ✓ Mantenha uma alimentação saudável – Reduza o consumo de sal, açúcar e gorduras.
- ✓ Pratique exercícios físicos regularmente – Caminhar 30 minutos por dia já ajuda.
- ✓ Evite fumar e consumir álcool em excesso.
- ✓ Controle o colesterol e a diabetes.
- ✓ Gerencie o estresse – Práticas como meditação e lazer ajudam a reduzir o risco.
- ✓ Faça exames regulares, principalmente se houver histórico familiar de AVC.




## **Organizando o Conhecimento!** 🧠🗺️

Agora que você aprendeu sobre este tema, vamos estruturar as informações de forma visual! O mapa conceitual a seguir ajudará a conectar os principais pontos e reforçar o que foi estudado.

Explore as conexões e revise os conceitos para consolidar seu aprendizado! 📌📖



# MÓDULO EXTRA



## Manobras de Primeiros Socorros

<https://www.freepik.com/>



## MANOBRAS DE PRIMEIROS SOCORROS – Heimlich, Tapotagem, RCP e PLS

As **manobras de primeiros socorros** são técnicas essenciais para salvar vidas em situações de emergência. Saber como realizá-las corretamente pode fazer a diferença entre a vida e a morte.

Neste guia, vamos explicar em detalhes três das principais manobras:

- 1 **Manobra de Heimlich** (para engasgamento)
- 2 **Tapotagem** (para ajudar bebês a desengasgarem)
- 3 **RCP (Reanimação Cardiopulmonar)** (para parada cardiorrespiratória)
- 4 **PLS (Posição Lateral de Segurança)** (para vítima inconsciente que respira)



### MANOBRA DE HEIMLICH – Como salvar uma pessoa engasgada

A **Manobra de Heimlich** é utilizada quando alguém está **engasgado e não consegue tossir, falar ou respirar**. É eficaz para **expulsar o objeto das vias aéreas** e restaurar a respiração.



#### Indicações:

- ✓ Pessoas engasgadas que **não conseguem tossir ou falar**
- ✓ Adultos e crianças acima de 1 ano de idade
- ✓ Não deve ser realizada em bebês menores de 1 ano



#### Sinais de engasgo grave:

- Pessoa leva as mãos ao pescoço (sinal universal de engasgo)
- Não consegue falar ou emitir som
- Pele e lábios azulados (falta de oxigênio)



Manobra de Heimlich



#### COMO FAZER EM ADULTOS E CRIANÇAS ACIMA DE 1 ANO

- 1 **Posicione-se atrás da vítima** e envolva sua cintura com os braços.
- 2 **Feche uma das mãos em punho** e posicione acima do umbigo, abaixo do esterno (entre estômago e umbigo).
- 3 **Com a outra mão, segure o punho e faça compressões rápidas e fortes** para dentro e para cima, como se fosse um "J".
- 4 **Repita até que o objeto seja expelido** ou a vítima perca a consciência.



#### ATENÇÃO:

- Se a pessoa desmaiar, **inicie a RCP imediatamente!**
- A compressão em vítimas obesas e grávidas nos últimos meses de gestação deve ser realizada no meio do tórax.





## TAPOTAGEM – Técnica para desengasgar bebês (menores de 1 ano)

Bebês menores de 1 ano **NÃO** devem receber a Manobra de Heimlich, pois pode causar lesões. Em vez disso, utiliza-se a **Tapotagem**, que consiste em golpes nas costas para desobstruir as vias aéreas.



### Sinais de engasgo grave em bebês:

- Bebê não chora, não tosse e não emite som
- Pele e lábios azulados
- Dificuldade para respirar



### COMO FAZER EM BEBÊS MENORES DE 1 ANO

- 1 Segure o bebê de bruços sobre seu antebraço, com a cabeça mais baixa que o tronco.
- 2 Apoie a cabeça do bebê com sua mão e use a coxa como apoio.
- 3 Dê 5 tapinhas firmes entre as escápulas (costas), com a base da mão.
- 4 Se o objeto não sair, vire o bebê de barriga para cima e faça 5 compressões no peito, usando dois dedos no centro do tórax.
- 5 Repita até o bebê expelir o objeto ou até desmaiar.



Se o bebê perder a consciência, inicie a RCP e chame o SAMU (192)!



## RCP (REANIMAÇÃO CARDIOPULMONAR) – Como salvar uma pessoa em parada cardiorrespiratória

A **Reanimação Cardiopulmonar (RCP)** deve ser iniciada imediatamente em casos de **parada cardiorrespiratória**, quando a vítima não respira e não tem pulso.



### Indicações:

- ✓ Vítima inconsciente que **não respira ou respira de forma anormal**
- ✓ Pessoas que sofreram afogamento, choque elétrico ou infarto
- ✓ Adultos, crianças e bebês (com técnicas adaptadas)



### IMPORTANTE:

⌚ **Cada segundo conta!** Se a RCP for iniciada nos primeiros minutos, as chances de sobrevivência aumentam significativamente.



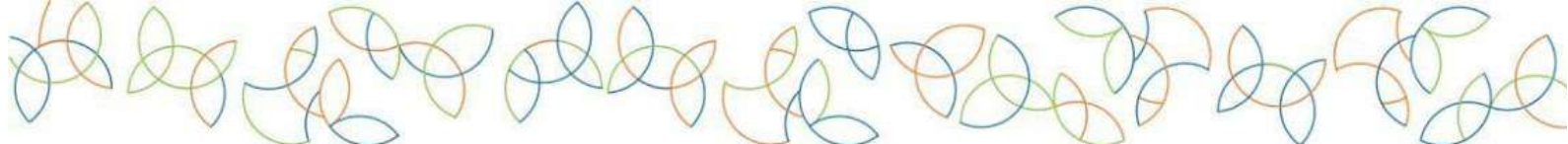
### COMO FAZER RCP EM ADULTOS

- 1 Chame o SAMU (192) imediatamente!
- 2 Deite a vítima de costas em uma superfície rígida.
- 3 Posicione as mãos no centro do peito (linha dos mamilos), uma sobre a outra.
- 4 Mantenha os braços estendidos e faça compressões torácicas:



Parada cardiorrespiratória

- **100 a 120 compressões por minuto** (comece a contar enquanto realiza as compressões: 1001, 1002, 1003 até chegar a 1100. Pare e verifique se a vítima voltou a respirar).

- 
- Pressione o tórax **5 a 6 cm para baixo**.
  - **Solte completamente após cada compressão** (deixe que o tórax retorne, isso enche o coração de sangue para jogar sangue novamente para o corpo).

✚ **Atenção:**

- As compressões podem ser exaustivas. Sempre que possível, peça ajuda e reveze com outra pessoa para manter a eficácia.
- Se a vítima voltar a respirar, coloque-a de lado (posição lateral de segurança) e permaneça ao lado dela até a chegada do SAMU.
- Caso a vítima não recupere a respiração, continue as compressões sem interrupção até que a ambulância chegue.

◆ **COMO FAZER RCP EM BEBÊS MENORES DE 1 ANO**

**1** Chame o SAMU (192) imediatamente!

**2** Deite o bebê de costas sobre uma superfície firme.

**3** Com uma das mãos, utilize **DOIS** dedos para pressionar o centro do tórax (linha dos mamilos) e com a outra segure levemente a cabeça.

**4** Faça compressões rápidas e suaves:

- **Siga o ritmo de 100 a 120 compressões por minuto** (comece a contar enquanto realiza as compressões: 1001, 1002, 1003 até chegar a 1100. Pare e verifique se a vítima voltou a respirar).
- **Comprima o tórax da criança (4 cm aproximadamente para baixo) e deixe que o tórax retorne** (isso enche o coração de sangue para jogar sangue novamente para o corpo).

✚ **Atenção:**

- As compressões podem ser exaustivas. Sempre que possível, peça ajuda e reveze com outra pessoa para manter a eficácia.
- Se a vítima voltar a respirar, coloque-a de lado (posição lateral de segurança) e permaneça ao lado dela até a chegada do SAMU.
- Caso a vítima não recupere a respiração, continue as compressões sem interrupção até que a ambulância chegue.

## Hora de Praticar!



A reanimação cardiopulmonar (RCP) em bebês exige técnicas delicadas, mas pode ser decisiva para salvar vidas! Assista ao vídeo e aprenda o passo a passo para agir com segurança em uma emergência. Pratique esse conhecimento e esteja preparado para fazer a diferença!



### ◆ COMO FAZER RCP EM CRIANÇAS MAIORES DE 1 ANO

- 1 Chame o SAMU (192) imediatamente!
- 2 Deite a criança de costas sobre uma superfície firme.
- 3 Posicione uma das mãos para pressionar o centro do tórax (linha dos mamilos).
- 4 Faça compressões rápidas e suaves:

- Siga o ritmo de **100 a 120 compressões por minuto** (comece a contar enquanto realiza as compressões: 1001, 1002, 1003 até chegar a 1100. Pare e verifique se a vítima voltou a respirar).
- **Comprima o tórax da criança (4 cm aproximadamente para baixo) e deixe que o tórax retorne** (isso enche o coração de sangue para jogar sangue novamente para o corpo).

#### ✚ Atenção:




- As compressões podem ser exaustivas. Sempre que possível, peça ajuda e reveze com outra pessoa para manter a eficácia.
- Se a vítima voltar a respirar, coloque-a de lado (posição lateral de segurança) e permaneça ao lado dela até a chegada do SAMU.
- Caso a vítima não recupere a respiração, continue as compressões sem interrupção até que a ambulância chegue.




## **POSIÇÃO LATERAL DE SEGURANÇA (PLS)**

A **Posição Lateral de Segurança (PLS)** é uma manobra essencial em primeiros socorros usada para manter a via aérea livre de obstruções em vítimas inconscientes que **respiram normalmente**. Ela evita que a pessoa aspire líquidos, como saliva ou vômito, e mantém a respiração desobstruída.

### **Quando usar a Posição Lateral de Segurança?**

-  Vítima **inconsciente, mas respirando normalmente**
-  Em casos de desmaios, crises convulsivas pós-ataque ou traumas leves sem suspeita de lesão na coluna
-  Para evitar asfixia por secreções, sangue ou vômito

 **Não usar se houver suspeita de lesão na coluna!** Nesse caso, mantenha a vítima imobilizada até a chegada de socorro.

### **Passo a passo para colocar a vítima na PLS**

#### **1 Verifique a consciência e respiração**

- Chame a vítima e tente obter alguma resposta.
- Se não houver resposta, verifique se ela respira normalmente.

#### **2 Posicione a vítima de costas**

- Certifique-se de que ela está deitada com as pernas estendidas.

#### **3 Organize os braços**

- Pegue o braço mais próximo de você e posicione-o em um ângulo reto (90°) com a palma da mão voltada para cima.
- Pegue o outro braço e cruze-o sobre o peito, colocando a mão no lado do rosto (próximo da bochecha).

#### **4 Flexione a perna oposta**

- Levante o joelho da perna que está do lado oposto a você, deixando o pé apoiado no chão.

#### **5 Vire a vítima de lado**

- Segure a perna flexionada e o ombro mais distante de você e **puxe-a gentilmente para o seu lado**.
- A vítima ficará de lado, com a cabeça apoiada na mão e a perna flexionada para manter a estabilidade.

#### **6 Ajuste a cabeça**

- Incline ligeiramente a cabeça para trás para manter as vias aéreas desobstruídas.
- Verifique a respiração constantemente até a chegada do socorro.



---

## Dicas importantes

- ✓ Mantenha a vítima confortável e coberta.
  - ✓ Continue monitorando a respiração.
  - ✓ Se a vítima vomitar ou tiver secreções, limpe suavemente a boca.
  - ✓ Chame o socorro (192 – SAMU no Brasil) caso necessário.
- 

## CONCLUSÃO

As manobras de primeiros socorros **salvam vidas**, mas devem ser feitas corretamente:

- ◆ **Manobra de Heimlich** – Para engasgamentos em adultos e crianças acima de 1 ano.
- ◆ **Tapotagem** – Para bebês engasgados, com golpes nas costas e compressões torácicas.
- ◆ **RCP (Reanimação Cardiopulmonar)** – Para vítimas sem pulso e sem respiração.
- ◆ **PLS (Posição Lateral de Segurança)** – Para vítimas inconscientes, mas que respiram.

📌 **Treinamento e conhecimento são fundamentais! Quanto mais rápida a ação, maiores as chances de sobrevivência.** 🚑



# CONSIDERAÇÕES FINAIS



# CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ressaltamos que esta formação não se encerra aqui, nem é essa a nossa intenção. Pelo contrário, é essencial que o aprendizado em primeiros socorros seja continuamente revisitado e atualizado, garantindo que os trabalhadores da educação estejam sempre preparados para agir em situações de emergência.

Os profissionais da educação têm papel fundamental nesse processo, pois sua atuação imediata e segura pode salvar vidas e minimizar danos até a chegada de atendimento especializado. Incorporar práticas de prevenção e cuidado ao cotidiano escolar contribui para a formação de um ambiente mais seguro, acolhedor e comprometido com a proteção da comunidade escolar.

Por fim, desejamos que esta formação se consolide como uma iniciativa acessível e inspiradora, capaz de alcançar cada vez mais trabalhadores da educação. Assim, estaremos fortalecendo a cultura de prevenção, cumprindo a Lei Lucas e, sobretudo, cultivando uma rede de cuidado que valoriza a vida e a saúde de todos no espaço escolar.

## REFERÊNCIAS CONSULTADAS

AMERICAN HEART ASSOCIATION. Destaques das atualizações direcionadas nas Diretrizes de 2019 da American Heart Association para Ressuscitação Cardiopulmonar e Atendimento Cardiovascular de Emergência. 2019; 17p. Disponível em: <https://suportebasicodevida.com.br/wp-content/uploads/2019/11/up-date-2019-aha.pdf>. Acesso em: 8 jan. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Acidente **Vascular Cerebral**. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/a/avc>. Acesso em: jan.2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Avaliação e Conduta da Epilepsia na Atenção Básica e na Urgência e Emergência**. DF 2018. Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/avaliacao\\_conduta\\_epilepsia\\_atencao\\_basica.pdf](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/avaliacao_conduta_epilepsia_atencao_basica.pdf). Acesso em: 8 jan. 2025.


BRASIL. Manual operacional de bombeiros: resgate pré-hospitalar /Corpo de Bombeiros Militar do Estado de Goiás. – Goiânia: - 2016. Disponível em: [https://www.cbm.df.gov.br/downloads/edocman/POP%204\\_Choque%20circulatorio.pdf](https://www.cbm.df.gov.br/downloads/edocman/POP%204_Choque%20circulatorio.pdf). Acesso em: jan. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Protocolos de Intervenção para o SAMU 192 - Serviço de Atendimento Móvel de Urgência. Brasília: Ministério da Saúde, 2016. Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/protocolo\\_suporte\\_basico\\_vida.pdf](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/protocolo_suporte_basico_vida.pdf). Acesso 7 jan. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Política nacional de atenção às urgências**. 2003. 228p. (Série E. Legislação de Saúde). Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2011/prt1600\\_07\\_07\\_2011.html](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2011/prt1600_07_07_2011.html) dasjfsdjfsjfsajflajçfasjçsajfçasldjlskçd. Acesso em: 7 jan. 2025.

BRASIL, Ministério da Saúde. Fundação Oswaldo Cruz. FIOCRUZ. Vice Presidência de Serviços de Referência e Ambiente. Núcleo de Biossegurança. **NUBio Manual de Primeiros Socorros**. Rio de Janeiro.Fundação Oswaldo Cruz, 2003. Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/manual\\_primeiros\\_socorros.pdf](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/manual_primeiros_socorros.pdf). Acesso em: 10 jan. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Política nacional de Urgências. **Portaria n ° 2.048, de 5 de novembro de 2002**. Brasília, DF, Poder Executivo, 12 nov. 2002. Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2002/prt2048\\_05\\_11\\_2002.html](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2002/prt2048_05_11_2002.html). Acesso em: 10 jan. 2025.



BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção especializada. **Cartilha para tratamento de emergência das queimaduras**. Brasília, 2012, 20p. Série F. Comunicação e educação em Saúde. Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cartilha\\_tratamento\\_emergencia\\_queimaduras.pdf](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cartilha_tratamento_emergencia_queimaduras.pdf). Acesso em: 7 jan. 2025.

LOPES, D. C.; FERREIRA, I. L. G.; ADORNO, J. **Manual de queimaduras para estudantes**. Brasília: Sociedade Brasileira de Queimaduras, 2021. Disponível em: <https://sbqueimaduras.org.br/material/3091#>. Acesso em jan. 2025.

LOPES, C. O. **Manual de Primeiros Socorros para Leigos**. Suporte Básico de Vida. São Paulo: Secretaria Municipal de Saúde – SAMU-192, 2022. 62 p. Disponível em: [https://www.prefeitura.sp.gov.br/cidade/secretarias/upload/saude/MANUAL\\_PRIMEIROS\\_SOCORROS\\_PARA\\_LEIGOS.pdf](https://www.prefeitura.sp.gov.br/cidade/secretarias/upload/saude/MANUAL_PRIMEIROS_SOCORROS_PARA_LEIGOS.pdf). Acesso em: 10 jan. 2025.



## REFERÊNCIAS IMAGENS



[https://www.freepik.com/premium-vector/man-slip-fall-wet-floor-concept-something-went-wrong-oops-empty-state-illustration\\_66709628.htm#fromView=search&page=1&position=17&uuid=9f21715c-5c38-4983-853f-bcdc6fcfdce&query=DESMALIO+NA+ESCOLA](https://www.freepik.com/premium-vector/man-slip-fall-wet-floor-concept-something-went-wrong-oops-empty-state-illustration_66709628.htm#fromView=search&page=1&position=17&uuid=9f21715c-5c38-4983-853f-bcdc6fcfdce&query=DESMALIO+NA+ESCOLA)



[https://www.freepik.com/premium-vector/patient-with-cast-broken-leg-arm-bone-holding-crutch-walking-aid\\_23964434.htm#fromView=search&page=1&position=31&uuid=21b2ece3-3653-4aca-9578-0b38d2ef57e0&query=fratura+](https://www.freepik.com/premium-vector/patient-with-cast-broken-leg-arm-bone-holding-crutch-walking-aid_23964434.htm#fromView=search&page=1&position=31&uuid=21b2ece3-3653-4aca-9578-0b38d2ef57e0&query=fratura+)



[https://br.freepik.com/ilustracoes#from\\_element=mainmenu](https://br.freepik.com/ilustracoes#from_element=mainmenu)



[https://www.freepik.com/free-vector/foot-pain-concept-illustration\\_72491121.htm#fromView=search&page=1&position=2&uuid=1ea31520-8fb3-4579-ac24-60716871e0bd&query=ENTORSE](https://www.freepik.com/free-vector/foot-pain-concept-illustration_72491121.htm#fromView=search&page=1&position=2&uuid=1ea31520-8fb3-4579-ac24-60716871e0bd&query=ENTORSE)





[https://www.freepik.com/premium-vector/joint-pain-icon-flat-vector-medical-disease-foot-injury\\_78512572.htm#fromView=search&page=1&position=26&uuid=5f3f0593-28e3-4380-9282-8859e879598e&query=LUXA%C3%87%C3%83O](https://www.freepik.com/premium-vector/joint-pain-icon-flat-vector-medical-disease-foot-injury_78512572.htm#fromView=search&page=1&position=26&uuid=5f3f0593-28e3-4380-9282-8859e879598e&query=LUXA%C3%87%C3%83O)



[https://www.freepik.com/free-vector/dizzy-face-concept-illustration\\_23985723.htm#fromView=search&page=1&position=4&uuid=b6be7230-315b-44ff-ad35-18aa562992c2&query=traumatismo+craniano](https://www.freepik.com/free-vector/dizzy-face-concept-illustration_23985723.htm#fromView=search&page=1&position=4&uuid=b6be7230-315b-44ff-ad35-18aa562992c2&query=traumatismo+craniano)



[https://img.freepik.com/premium-vector/allergy-sore-throat-indian-man-black-white-2d-line-cartoon-character-south-asian-guy-trouble-breathing-isolated-vector-outline-person-allergic-reaction-monochromatic-flat-spot-illustration\\_151150-22388.jpg?w=740](https://img.freepik.com/premium-vector/allergy-sore-throat-indian-man-black-white-2d-line-cartoon-character-south-asian-guy-trouble-breathing-isolated-vector-outline-person-allergic-reaction-monochromatic-flat-spot-illustration_151150-22388.jpg?w=740)



[https://www.freepik.com/premium-vector/first-aid-fainted-unconscious-person-woman-rescuing-lying-man-waving-with-cloth-tissue-breathing-air-emergency-help-care-treatment-flat-vector-illustration-isolated-white-background\\_148797296.htm#fromView=search&page=1&position=6&uuid=a4ce6cfd-a67f-4b0e-8419-728f8493bedf&query=desmaio](https://www.freepik.com/premium-vector/first-aid-fainted-unconscious-person-woman-rescuing-lying-man-waving-with-cloth-tissue-breathing-air-emergency-help-care-treatment-flat-vector-illustration-isolated-white-background_148797296.htm#fromView=search&page=1&position=6&uuid=a4ce6cfd-a67f-4b0e-8419-728f8493bedf&query=desmaio)



[https://br.freepik.com/ilustracoes#from\\_element=mainmenu](https://br.freepik.com/ilustracoes#from_element=mainmenu)



[https://www.freepik.com/free-vector/illustration-human-hand-with-different-types-bleeding\\_62321075.htm#fromView=search&page=1&position=11&uuid=b478f49f-2f16-4d5b-847f-b5447c048481&query=queimadura](https://www.freepik.com/free-vector/illustration-human-hand-with-different-types-bleeding_62321075.htm#fromView=search&page=1&position=11&uuid=b478f49f-2f16-4d5b-847f-b5447c048481&query=queimadura)



[https://br.freepik.com/ilustracoes#from\\_element=mainmenu](https://br.freepik.com/ilustracoes#from_element=mainmenu)



[https://br.freepik.com/ilustracoes#from\\_element=mainmenu](https://br.freepik.com/ilustracoes#from_element=mainmenu)



[https://br.freepik.com/ilustracoes#from\\_element=mainmenu](https://br.freepik.com/ilustracoes#from_element=mainmenu)



[https://br.freepik.com/ilustracoes#from\\_element=mainmenu](https://br.freepik.com/ilustracoes#from_element=mainmenu)

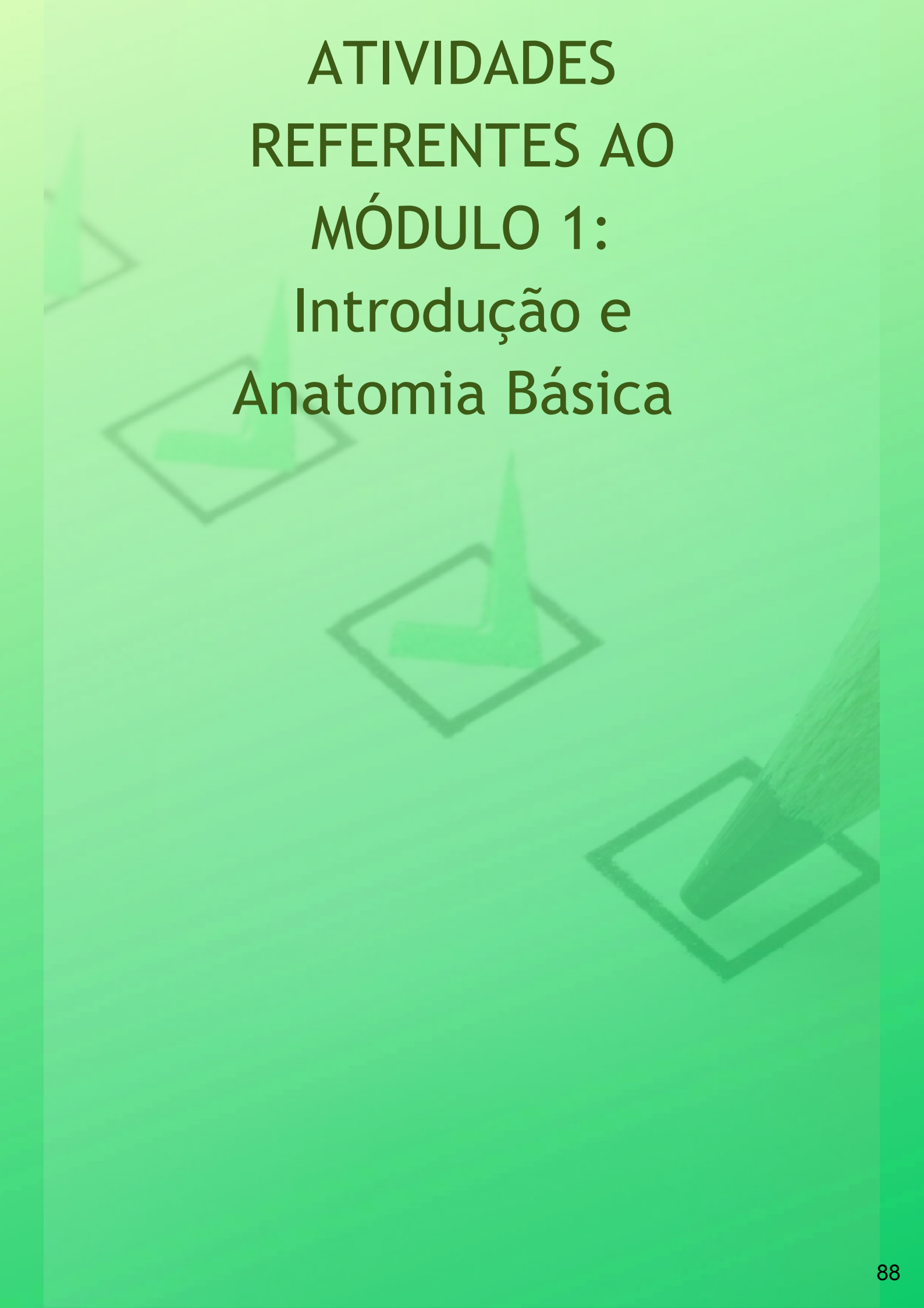


[https://www.freepik.com/free-vector/heart-attack-concept-illustration\\_197101417.htm#fromView=search&page=1&position=1&uuid=a90713af-204f-42a4-9de4-a650571d68b6&query=CUIDA+DA+PESSOA+COM+INFARTO](https://www.freepik.com/free-vector/heart-attack-concept-illustration_197101417.htm#fromView=search&page=1&position=1&uuid=a90713af-204f-42a4-9de4-a650571d68b6&query=CUIDA+DA+PESSOA+COM+INFARTO)



[https://www.freepik.com/premium-vector/cardiopulmonary-resuscitation-first-aid-cpr-emergency-procedure-character-make-cardiac-massage-critical-patient-lying-ground-tiny-woman-call-ambulance-cartoon-people-vector-illustration\\_17375798.htm#fromView=search&page=1&position=7&uuid=bba3c370-9692-4222-a161-03320b10ca4d&query=CUIDA+DA+PESSOA+COM+INFARTO](https://www.freepik.com/premium-vector/cardiopulmonary-resuscitation-first-aid-cpr-emergency-procedure-character-make-cardiac-massage-critical-patient-lying-ground-tiny-woman-call-ambulance-cartoon-people-vector-illustration_17375798.htm#fromView=search&page=1&position=7&uuid=bba3c370-9692-4222-a161-03320b10ca4d&query=CUIDA+DA+PESSOA+COM+INFARTO)

# ATIVIDADES REFERENTES AO MÓDULO 1: Introdução e Anatomia Básica

The background of the slide features a light green gradient. Overlaid on this are several faint, semi-transparent geometric shapes: a large triangle on the left, a square in the center, and a pencil pointing towards the bottom right corner. These elements are part of a larger design that also includes a dark green vertical bar on the far right edge.



Em qual das opções abaixo você pode verificar o pulso femoral?

- a) Na parte superior do braço.
- b) Na parte interna do cotovelo.
- c) Na virilha, na parte superior da coxa.
- d) Na parte lateral do pescoço.





Qual das opções abaixo descreve corretamente a função das vias aéreas (larínges, faringe, glote e epiglote)?

- a) Elas são responsáveis pela troca de oxigênio no pulmão.
- b) Elas são essenciais para a respiração, regulando o fluxo de ar para os pulmões.
- c) Elas ajudam a controlar os movimentos dos músculos do tronco
- d) Elas controlam a circulação sanguínea nos membros superiores.



Em relação à atuação do socorrista em situações de emergência, qual das alternativas abaixo é INCORRETA?

- a) O socorrista deve realizar os primeiros socorros sem avaliar o local antes.
- b) O socorrista deve tranquilizar a vítima, ajudando a reduzir o impacto emocional.
- c) O socorrista deve acionar o serviço de emergência sempre que necessário.
- d) O socorrista deve manter a calma para evitar o pânico.



Qual é o primeiro passo que o socorrista deve tomar antes de prestar socorro em uma emergência?

- a) Avaliar a segurança do local e da vítima.
- b) Movimentar a vítima para um local mais seguro.
- c) Iniciar imediatamente os primeiros socorros.
- d) Acionar o serviço de emergência.

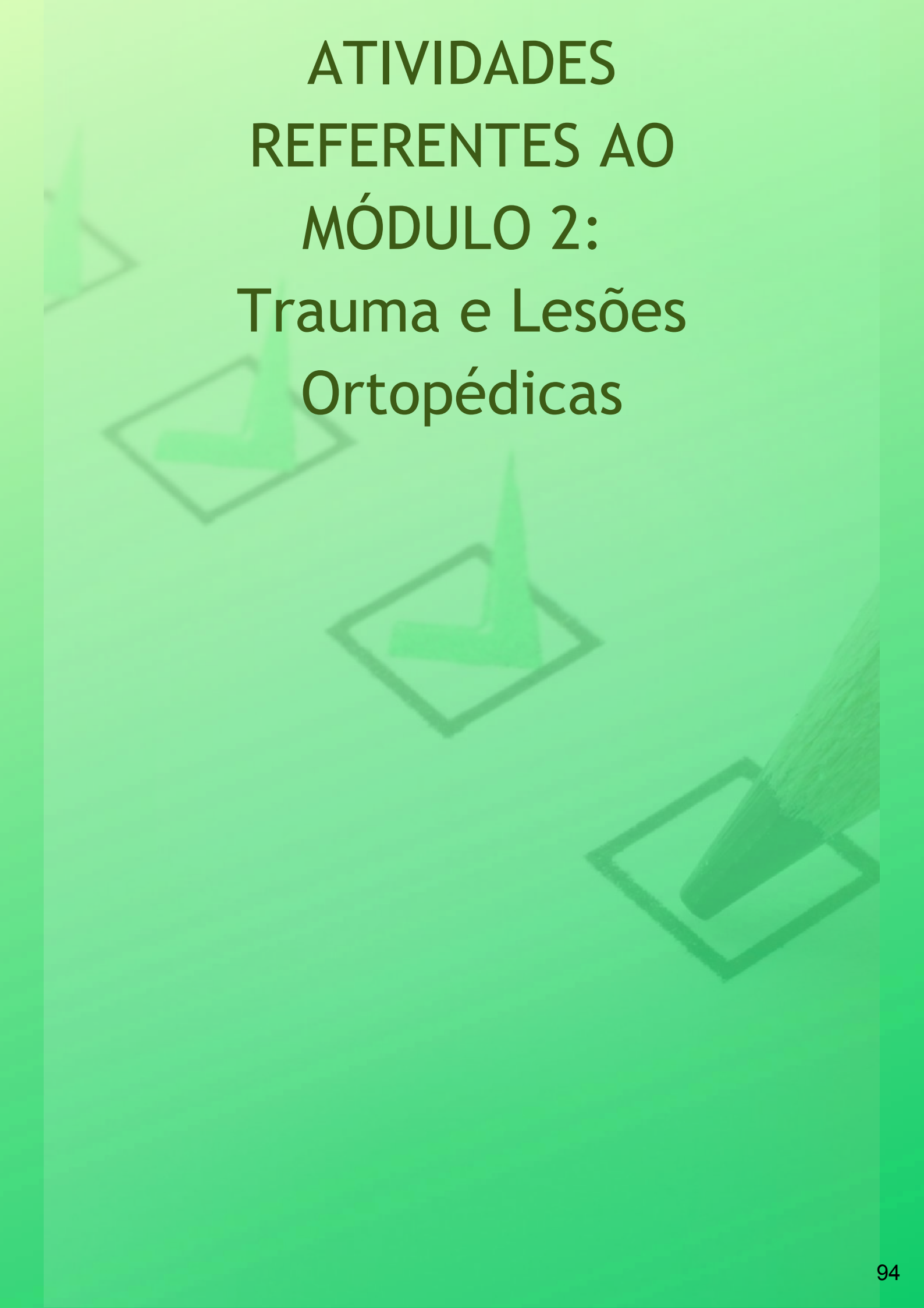


Complete a frase corretamente: "A avaliação da cena é o primeiro passo no atendimento, e sua principal função é \_\_\_\_\_.

- a) Acionar o serviço de emergência.
- b) Identificar possíveis riscos e garantir um ambiente seguro para a vítima e o socorrista.
- c) Avaliar o nível de consciência da vítima.
- d) Iniciar o tratamento para as queimaduras.



# ATIVIDADES REFERENTES AO MÓDULO 2: Trauma e Lesões Ortopédicas

The background of the slide features a green gradient. Faint, stylized geometric shapes are visible, including a triangle in the upper left, a square with a triangle inside in the middle left, another square with a triangle inside in the middle, and a square with a pencil icon in the lower right.





Qual das opções abaixo representa a melhor atitude diante de uma queda em que a vítima relata dor intensa nas costas e dificuldade para se mover?

- a) Aplicar uma pomada anti-inflamatória e observar se a dor melhora.
- b) Oferecer um copo de água para acalmá-la antes de buscar ajuda.
- c) Pedir para a vítima andar até um local seguro antes de ligar para o SAMU.
- d) Ajudar a vítima a se levantar rapidamente para evitar constrangimento.
- e) Evitar movimentar a vítima e acionar imediatamente o serviço de emergência



Qual sinal pode indicar um traumatismo craniano grave após uma queda na escola e exige atenção imediata?

- a) Saída de líquido claro pelo nariz ou orelha.
- b) Sonolência leve logo após o susto.
- c) Dor de cabeça passageira e leve.
- d) Fala pausada por alguns minutos, mas depois normal.
- e) Náusea leve sem outros sintomas.



Ao suspeitar de uma fratura no braço de um aluno após uma queda no recreio, qual deve ser o procedimento inicial do socorrista?

- a) Tentar alinhar o braço para verificar se houve fratura.
- b) Pedir para o aluno movimentar o braço para avaliar a dor.
- c) Imobilizar o membro na posição em que foi encontrado e procurar atendimento médico.
- d) Massagear o local para melhorar a circulação sanguínea.
- e) Aplicar gelo diretamente sobre a pele e esperar melhora antes de agir.



Durante uma atividade física na escola, um estudante torce o tornozelo. Qual é a conduta correta nos primeiros socorros?

- a) Fazer compressa fria no local, elevar o membro e encaminhar para avaliação médica.
- b) Aplicar calor com uma bolsa morna para relaxar os músculos.
- c) Pedir que ele caminhe um pouco para ver se a dor passa.
- d) Massagear a articulação para aliviar o inchaço.
- e) Enfaixar firmemente e deixar o estudante continuar a atividade.





Em caso de luxação no ombro, o que NUNCA deve ser feito por um socorrista leigo?

- a) Imobilizar o membro afetado com uma tipoia improvisada.
- b) Acionar o serviço de emergência para atendimento especializado.
- c) Verificar se há alterações de sensibilidade no braço.
- d) Conversar com a vítima para mantê-la calma.
- e) Tentar recolocar a articulação no lugar.



# ATIVIDADES REFERENTES AO MÓDULO 3: Emergências Clínicas Comuns



Durante o almoço escolar, um funcionário começa a demonstrar sinais de engasgo grave. Ele leva as mãos ao pescoço e não consegue falar. O que deve ser feito imediatamente?

- a) Pedir que ele se deite de lado e esperar a tosse passar.
- b) Dar água para tentar desobstruir a garganta.
- c) Realizar a manobra de Heimlich com compressões abdominais.
- d) Bater com força nas costas enquanto ele estiver deitado.
- e) Pedir que ele inspire profundamente para tossir mais forte



Em caso de engasgo em um bebê menor de 1 ano, qual a sequência correta de socorros?

- a) Compressões torácicas seguidas de ventilação boca a boca. manobras de primeiros
- b) Cinco tapas entre as escápulas e cinco compressões torácicas, alternando até desobstruir.
- c) Apenas massagens nas costas até o bebê chorar.
- d) Sacudir o bebê com cuidado e observar a respiração.
- e) Colocar o bebê sentado e dar água com cuidado



Um estudante desmaia durante uma apresentação. Após garantir que ele está respirando, qual deve ser a próxima atitude do socorrista?

- a) Jogar água no rosto e forçar o despertar.
- b) Deitá-lo de costas e elevar as pernas cerca de 30 cm.
- c) Oferecer algo doce para acelerar a recuperação.
- d) Colocar o estudante sentado para respirar melhor.
- e) Colocar uma almofada sob a cabeça e esperar ele acordar





Uma criança encosta acidentalmente a mão em uma panela quente, causando vermelhidão e dor. Qual é o cuidado inicial recomendado?

- a) Aplicar gelo diretamente sobre a pele para esfriar rápido.
- b) Romper as bolhas para aliviar a dor.
- c) Passar creme dental no local da queimadura.
- d) Lavar a região com água corrente fria por cerca de 10 minutos.
- e) Cobrir a queimadura com algodão seco





Durante uma atividade prática, um aluno sofre um corte profundo e há sangramento intenso. Qual a conduta correta?

- a) Lavar o ferimento com água e sabão antes de qualquer outra ação.
- b) Aplicar compressão direta com pano limpo e acionar ajuda médica.
- c) Usar álcool ou antisséptico diretamente na ferida.
- d) Amarrar o braço acima do corte para estancar o sangue.
- e) Deixar o sangue escorrer para evitar infecção.

# ATIVIDADES REFERENTES AO MÓDULO 4: Emergências Graves



Diante de uma vítima inconsciente, que não responde e não respira normalmente, qual deve ser a atitude imediata do socorrista?

- a) Levar a vítima imediatamente para um hospital, mesmo sem auxílio.
- b) Iniciar as compressões torácicas e acionar o serviço de emergência.
- c) Dar dois tapas no rosto e deitar a vítima de lado.
- d) Esperar a chegada do socorro sem intervir.
- e) Sacudir a vítima com força e chamar pelo nome repetidamente.



Qual sinal abaixo pode indicar um possível infarto e exige atendimento emergencial?

- a) Dor no peito que irradia para o braço esquerdo, acompanhada de falta de ar.
- b) Febre e calafrios repentinos.
- c) Tontura leve após exercícios físicos.
- d) Dor leve e passageira no pé.
- e) Coceira intensa na pele sem causa aparente





Durante uma crise convulsiva, qual atitude o socorrista DEVE tomar?

- a) Segurar a língua da vítima para evitar que ela se engasgue.
- b) Tentar acordá-la durante os espasmos.
- c) Deitar a vítima de lado e colocar água em sua boca.
- d) Fazer massagem cardíaca durante a convulsão.
- e) Proteger a cabeça da vítima e afastar objetos perigosos ao redor.





Um dos sinais clássicos de AVC pode ser percebido quando a pessoa tenta sorrir e:

- a) A pessoa sente sono repentino.
- b) Há suor excessivo e tremores.
- c) Seus olhos se fecham automaticamente.
- d) Começa a chorar sem explicação.
- e) Um lado do rosto não se movimenta.



Ao suspeitar de uma emergência neurológica, como um AVC ou uma convulsão, qual deve ser a prioridade do socorrista?

- a) Dar calmantes para aliviar os sintomas.
- b) Esperar 30 minutos para verificar se os sintomas desaparecem.
- c) Oferecer alimentos leves e líquidos.
- d) Manter a vítima segura, observar os sinais e acionar o SAMU imediatamente.
- e) Colocar a vítima sentada com a cabeça abaixada.

# ATIVIDADES REFERENTES AO MÓDULO EXTRA: Manobras de Primeiros Socorros



A manobra de Heimlich é indicada para qual situação?

- a) Pessoas com convulsões em andamento.
- b) Engasgo com obstrução total das vias aéreas em adultos conscientes.
- c) Crianças com febre alta e tremores.
- d) Vítimas inconscientes com parada cardíaca.
- e) Casos de sangramento nasal intenso.



No atendimento a um bebê engasgado, a técnica da tapotagem consiste em:

- a) Bater com força na cabeça do bebê para ele tossir.
- b) Soprar com intensidade na boca do bebê.
- c) Realizar compressões abdominais com força.
- d) Girar o bebê para cima e para baixo até desobstruir.
- e) Aplicar 5 tapas leves e rápidos entre as escápulas com o bebê inclinado.





Durante a RCP em um adulto, qual é a frequência recomendada das compressões torácicas?

- a) 30 compressões por minuto.
- b) Compressões apenas quando a vítima parar de respirar.
- c) Compressões sem ritmo definido, apenas até a ajuda chegar.
- d) Cerca de 100 a 120 compressões por minuto.
- e) Compressões alternadas com respiração boca a boca a cada 10 segundos.



A Posição Lateral de Segurança é recomendada quando:

- a) A vítima está inconsciente e sem pulso.
- b) A vítima sofreu fratura exposta na perna.
- c) A vítima tem convulsões recorrentes.
- d) A vítima está inconsciente, mas respira e tem pulso.
- e) A vítima está consciente, mas com dor no peito.



Durante a aplicação de qualquer manobra de primeiros socorros, o socorrista deve priorizar:

- a) Dar medicamentos se tiver à disposição.
- b) Aplicar apenas técnicas que conhece com segurança e sempre acionar o serviço de emergência.
- c) Mover a vítima o quanto antes para outro ambiente.
- d) Esperar por alguém mais experiente antes de agir.
- e) Agir rápido, mesmo sem conhecer a técnica.

# BANCO DE QUESTÕES





Quais sinais indicam que uma pessoa está sofrendo um acidente vascular cerebral (AVC)?

- a) Tontura e dor de cabeça intensa.
- b) Fraqueza facial e dificuldade para falar.
- c) Perda de consciência repentina.
- d) Dor intensa no peito irradiando para o braço esquerdo.





O que caracteriza uma crise convulsiva?

- a) Agitação intensa e falta de coordenação motora.
- b) Espasmos musculares e perda de consciência.
- c) Dor intensa e dificuldade para respirar.
- d) Perda de equilíbrio e desmaio.



Durante a aplicação de qualquer manobra de primeiros socorros, o socorrista deve priorizar:

- a) Dar medicamentos se tiver à disposição.
- b) Aplicar apenas técnicas que conhece com segurança e sempre acionar o serviço de emergência.
- c) Mover a vítima o quanto antes para outro ambiente.
- d) Esperar por alguém mais experiente antes de agir.
- e) Agir rápido, mesmo sem conhecer a técnica.



Marque V para verdadeiro e F para falso, sobre uma situação de crise convulsiva:

1. A pessoa geralmente cai no chão e perde a consciência durante a crise convulsiva.
2. Durante uma convulsão, é comum que a pessoa fique completamente consciente e consiga controlar seus movimentos.
3. Espasmos musculares involuntários e movimentos descoordenados do corpo são sinais típicos de uma crise convulsiva.
4. A saliva pode se acumular na boca, e a pessoa pode babar durante uma crise convulsiva.
5. Em uma crise convulsiva, é recomendado segurar a pessoa firmemente para que ela não se machuque

- a) V; F; V;V;F
- b) F;V;F;V;V
- c) V;F;V;F;V
- d) V; V; F; V; F
- e) F; V; V; F; V



Qual a principal medida para lidar com um desmaio?

- a) Levantar a vítima imediatamente para ajudar a circulação.
- b) Deitar a vítima de costas e elevar as pernas para ajudar a circulação.
- c) Dar alimentos e líquidos para a vítima se recuperar
- d) Colocar a vítima em posição sentada até que a sensação de desmaio passe.





O que fazer em caso de desmaio de uma vítima?

- a) Elevar as pernas da vítima para melhorar a circulação.
- b) Colocar a vítima sentada em posição ereta.
- c) Agitar a vítima para tentar acordá-la.
- d) Imobilizar a vítima imediatamente.





Em caso de engasgamento grave, qual é a técnica recomendada para desobstruir as vias aéreas?

- a) Realizar manobras de desobstrução como a técnica de Heimlich.
- b) Tentar fazer a vítima beber água.
- c) Realizar compressões torácicas.
- d) Aguardar que o engasgamento se resolva sozinho.



Em caso de engasgamento, o que deve ser feito para ajudar a vítima?

- a) Aplicar a manobra de Heimlich (abdominal) ou tapinhas nas costas, dependendo da situação.
- b) Fazer massagem no estômago da vítima.
- c) Oferecer líquidos à vítima para ajudar a desobstruir as vias aéreas.
- d) Colocar a vítima deitada de costas e aguardar ajuda.



Quais das alternativas abaixo representam corretamente os sinais de engasgo? Afirmativas:

1. Incapacidade de falar ou tossir é um sinal de engasgo.
2. Pele azulada pode indicar que a pessoa está com dificuldade para respirar.
3. Mão na garganta é um gesto típico de quem está engasgado.
4. Respiração ruidosa (tipo um assobio) não tem relação com engasgo.
5. Agitação pode ser um sinal de engasgo.
6. Perda de consciência pode ocorrer em casos graves de engasgo.
7. Aparência de sufocamento é comum em situações de engasgo.
8. Tosse fraca ou ineficaz não é um sinal preocupante.

- a) V; F; V; F; V; F; V; F
- b) V; V; V; V; V; V; V; F
- c) F; F; F; V; F; V; F; V
- d) V; V; V; F; V; V; V; F



Quais são os sinais típicos de um entorse?

- a) Dor intensa e dificuldade de movimentação.
- b) Hemorragia visível e deformidade evidente.
- c) Sensação de formigamento e coceira na área afetada.
- d) Febre e cansaço excessivo.





Quais são os sinais de um possível entorse?

- a) Dificuldade de movimentação da articulação e dor local.
- b) Sangramento abundante e hematomas.
- c) Aumento do fluxo de urina.
- d) Alteração de cor da pele no local da lesão.





Qual sinal abaixo pode estar associado a um entorse, luxação e fratura?

- a) Membro quente.
- b) Sons de estalo.
- c) Inchaço.
- d) Perda de consciência.
- e) Respiração fraca



Qual o primeiro passo ao abordar uma vítima com fratura exposta?

- a) Realizar compressões torácicas.
- b) Limpar a área da fratura com água.
- c) Imobilizar a fratura com talas e cobrir com um curativo.
- d) Tentar mover a vítima para ver a gravidade da lesão.



O que caracteriza uma fratura aberta?

- a) A fratura é acompanhada de um ferimento na pele, expondo o osso.
- b) A fratura é interna e não há sinais visíveis de ferimentos.
- c) A fratura é apenas uma fissura no osso sem deslocamento.
- d) Não há dor, apenas dificuldade de movimento.



Qual a principal orientação ao atender uma vítima com fratura na perna?

- a) Mover a vítima para aliviar a dor.
- b) Imobilizar a perna com talas antes de transportar.
- c) Estourar as bolhas de fratura exposta para aliviar a pressão.
- d) Aplique gelo na fratura e mova a vítima imediatamente.



Em uma hemorragia, qual a medida mais eficaz para controlar o sangramento?

- a) Aplicar pressão direta sobre o ferimento e manter o membro elevado, se possível.
- b) Colocar a vítima em posição supina e deixar o sangue sair livremente.
- c) Usar bandagens flexíveis para enrolar a ferida e cobrir completamente.
- d) Fazer compressão indireta no ponto de sangramento.





O que fazer caso uma vítima apresente hemorragia abundante?

- a) Colocar a vítima em posição de descanso.
- b) Fazer pressão direta sobre o ferimento e elevar o membro afetado.
- c) Cobrir a vítima com um cobertor.
- d) Imobilizar a vítima e esperar por ajuda.

Quais das medidas abaixo são eficazes no controle de hemorragia?

- a) Pressão direta; Elevação do membro afetado acima do nível do coração; Realizar curativo compressivo; Cobrir a vítima.
- b) Pressão direta; Elevação do membro afetado acima do nível do coração; Estabilizar objetos encravados com curativos ao redor; Oferecer alimentos ou líquidos à vítima.
- c) Cobrir a vítima; Estabilizar objetos encravados com curativos ao redor; Oferecer líquidos à vítima; Realizar curativo compressivo.
- d) Realizar curativo compressivo; Estabilizar objetos encravados com curativos ao redor; Oferecer alimentos à vítima; Pressão direta.



Quais são os sinais típicos de um infarto do miocárdio (dor no peito)?

- a) Dor intensa no peito, irradiando para o braço esquerdo e mandíbula.
- b) Cansaço excessivo e dificuldade de respirar, sem dor no peito.
- c) Tontura e visão embaçada sem dor no peito.
- d) Fraqueza generalizada e náusea, sem dor no peito.



Em caso de dor no peito e possível infarto, qual é a melhor abordagem até o socorro chegar?

- a) Oferecer líquidos para a vítima.
- b) Manter a vítima calma e confortável até a chegada do socorro.
- c) Forçar a vítima a caminhar para melhorar a circulação.
- d) Iniciar compressões torácicas imediatamente.





Quando uma luxação ocorre, qual deve ser a abordagem inicial?

- a) Tentar mover a articulação para aliviar a dor.
- b) Imobilizar a área afetada e procurar ajuda médica imediata.
- c) Aplicar calor na área lesionada.
- d) Realizar massagem na área para aliviar a dor.





Em relação à atuação do socorrista em situações de emergência, qual das alternativas abaixo é INCORRETA?

- a) O socorrista deve manter a calma para evitar o pânico.
- b) O socorrista deve realizar os primeiros socorros sem avaliar o local antes.
- c) O socorrista deve acionar o serviço de emergência sempre que necessário.
- d) O socorrista deve tranquilizar a vítima, ajudando a reduzir o impacto emocional.



Qual é a principal ação a ser tomada em caso de hemorragia intensa nas extremidades (braços ou pernas)?

- a) Elevar o membro afetado e aplicar pressão direta sobre o ferimento.
- b) Realizar massagem suave para ajudar a estancar o sangramento.
- c) Colocar a vítima deitada e não mover o membro afetado.
- d) Cobrir o ferimento com qualquer material disponível e aguardar ajuda.



Em caso de fratura no braço, qual é a melhor maneira de imobilizar o membro até a chegada dos serviços de emergência?

- a) Realinhar os ossos do braço para garantir que fiquem na posição correta.
- b) Imobilizar o braço usando uma tala improvisada e evitar mover o membro.
- c) Aplicar gelo diretamente na fratura para reduzir o inchaço.
- d) Aplicar uma bandagem apertada no local da fratura.



Ao lidar com uma vítima de fratura nas costelas, qual é a principal recomendação?

- a) Aplicar uma bandagem apertada no tórax para estabilizar as costelas.
- b) Movimentar a vítima para tentar reduzir a dor.
- c) Manter a vítima imóvel e monitorar a respiração, sem aplicar bandagens apertadas.
- d) Verificar se há ferimentos visíveis e cobrir com curativos.





Qual das opções abaixo descreve corretamente a ação inicial ao lidar com uma vítima de traumatismo craniano?

- a) Aplicar compressas geladas na cabeça para reduzir a dor.
- b) Colocar a vítima em posição vertical para favorecer a respiração.
- c) Manter a cabeça e pescoço imobilizados e verificar a respiração.
- d) Movimentar a cabeça para checar possíveis fraturas.





Complete a frase corretamente: "A avaliação da cena é o primeiro passo no atendimento, e sua principal função é \_\_\_\_\_."

- a) Avaliar o nível de consciência da vítima.
- b) Identificar possíveis riscos e garantir um ambiente seguro para a vítima e o socorrista.
- c) Iniciar o tratamento para as queimaduras.
- d) Acionar o serviço de emergência



Em qual das opções abaixo você pode verificar o pulso femoral?

- a) Na parte interna do cotovelo.
- b) Na parte lateral do pescoço.
- c) Na virilha, na parte superior da coxa.
- d) Na parte superior do braço.

Qual das opções abaixo descreve corretamente a função das vias aéreas (laringes, faringe, glote e epiglote)?

- a) Elas são responsáveis pela troca de oxigênio no pulmão.
- b) Elas ajudam a controlar os movimentos dos músculos do tronco.
- c) Elas são essenciais para a respiração, regulando o fluxo de ar para os pulmões.
- d) Elas controlam a circulação sanguínea nos membros superiores.



Em relação à atuação do socorrista em situações de emergência, qual das alternativas abaixo é INCORRETA?

- a) O socorrista deve manter a calma para evitar o pânico.
- b) O socorrista deve realizar os primeiros socorros sem avaliar o local antes.
- c) O socorrista deve acionar o serviço de emergência sempre que necessário.
- d) O socorrista deve tranquilizar a vítima, ajudando a reduzir o impacto emocional.





Qual é o primeiro passo que o socorrista deve tomar antes de prestar socorro em uma emergência?

- a) Acionar o serviço de emergência.
- b) Avaliar a segurança do local e da vítima.
- c) Iniciar imediatamente os primeiros socorros.
- d) Movimentar a vítima para um local mais seguro.





Leia as afirmações abaixo e marque V" para verdadeiro e "F" para falso:

- 1." A avaliação da cena deve ser feita apenas após o socorrista prestar os primeiros cuidados à vítima.
  2. Em uma emergência, o socorrista deve sempre garantir que o ambiente é seguro antes de agir.
  3. O socorrista deve mover a vítima para um lugar mais seguro imediatamente, sem verificar a segurança do ambiente.
  4. O socorrista deve acionar o serviço de emergência antes de iniciar o atendimento à vítima, quando necessário.
- a) F; V ; F; V  
b) V; F; V; F  
c) V; V; V; V  
d) F; F; F; F



Qual deve ser a primeira ação do socorrista em uma emergência?

- a) Avaliar os sinais vitais da vítima.
- b) Acionar imediatamente o serviço de emergência, se necessário.
- c) Realizar os procedimentos adequados de primeiros socorros, como RCP.
- d) Verificar a segurança do local antes de agir.



Qual sinal pode indicar um traumatismo craniano grave após uma queda na escola e exige atenção imediata?

- a) Sonolência leve logo após o susto.
- b) Dor de cabeça passageira e leve.
- c) Saída de líquido claro pelo nariz ou orelha.
- d) Náusea leve sem outros sintomas.
- e) Fala pausada por alguns minutos, mas depois normal.



Ao suspeitar de uma fratura no braço de um aluno após uma queda no recreio, qual deve ser o procedimento inicial do socorrista?

- a) Tentar alinhar o braço para verificar se houve fratura.
- b) Massagear o local para melhorar a circulação sanguínea.
- c) Imobilizar o membro na posição em que foi encontrado e procurar atendimento médico.
- d) Pedir para o aluno movimentar o braço para avaliar a dor.
- e) Aplicar gelo diretamente sobre a pele e esperar melhora antes de agir.





Qual das opções abaixo representa a melhor atitude diante de uma queda em que a vítima relata dor intensa nas costas e dificuldade para se mover?

- a) Ajudar a vítima a se levantar rapidamente para evitar constrangimento.
- b) Oferecer um copo de água para acalmá-la antes de buscar ajuda.
- c) Pedir para a vítima andar até um local seguro antes de ligar para o SAMU.
- d) Evitar movimentar a vítima e acionar imediatamente o serviço de emergência.
- e) Aplicar uma pomada anti-inflamatória e observar se a dor melhora.





Durante uma atividade física na escola, um estudante torce o tornozelo. Qual é a conduta correta nos primeiros socorros?

- a) Pedir que ele caminhe um pouco para ver se a dor passa.
- b) Fazer compressa fria no local, elevar o membro e encaminhar para avaliação médica.
- c) Massagear a articulação para aliviar o inchaço.
- d) Enfaixar firmemente e deixar o estudante continuar a atividade.
- e) Aplicar calor com uma bolsa morna para relaxar os músculos.



Em caso de luxação no ombro, o que NUNCA deve ser feito por um socorrista leigo?

- a) Tentar recolocar a articulação no lugar.
- b) Imobilizar o membro afetado com uma tipoia improvisada.
- c) Acionar o serviço de emergência para atendimento especializado.
- d) Conversar com a vítima para mantê-la calma.
- e) Verificar se há alterações de sensibilidade no braço.



Em caso de engasgo em um bebê menor de 1 ano, qual a sequência correta de manobras de primeiros socorros?

- a) Compressões torácicas seguidas de ventilação boca a boca.
- b) Apenas massagens nas costas até o bebê chorar.
- c) Cinco tapas entre as escápulas e cinco compressões torácicas, alternando até desobstruir.
- d) Sacudir o bebê com cuidado e observar a respiração.
- e) Colocar o bebê sentado e dar água com cuidado.



Durante uma atividade prática, um aluno sofre um corte profundo e há sangramento intenso. Qual a conduta correta?

- a) Lavar o ferimento com água e sabão antes de qualquer outra ação.
- b) Deixar o sangue escorrer para evitar infecção.
- c) Aplicar compressão direta com pano limpo e acionar ajuda médica.
- d) Amarrar o braço acima do corte para estancar o sangue.
- e) Usar álcool ou antisséptico diretamente na ferida.





Durante o almoço escolar, um funcionário começa a demonstrar sinais de engasgo grave. Ele leva as mãos ao pescoço e não consegue falar. O que deve ser feito imediatamente?

- a) Dar água para tentar desobstruir a garganta.
- b) Pedir que ele se deite de lado e esperar a tosse passar.
- c) Bater com força nas costas enquanto ele estiver deitado.
- d) Realizar a manobra de Heimlich com compressões abdominais.
- e) Pedir que ele inspire profundamente para tossir mais forte.





Um estudante desmaia durante uma apresentação. Após garantir que ele está respirando, qual deve ser a próxima atitude do socorrista?

- a) Colocar uma almofada sob a cabeça e esperar ele acordar.
- b) Deitá-lo de costas e elevar as pernas cerca de 30 cm.
- c) Oferecer algo doce para acelerar a recuperação.
- d) Jogar água no rosto e forçar o despertar.
- e) Colocar o estudante sentado para respirar melhor.



Uma criança encosta acidentalmente a mão em uma panela quente, causando vermelhidão e dor. Qual é o cuidado inicial recomendado?

- a) Passar creme dental no local da queimadura.
- b) Lavar a região com água corrente fria por cerca de 10 minutos.
- c) Romper as bolhas para aliviar a dor.
- d) Cobrir a queimadura com algodão seco.
- e) Aplicar gelo diretamente sobre a pele para esfriar rápido.



Durante uma crise convulsiva, qual atitude o socorrista DEVE tomar?

- a) Segurar a língua da vítima para evitar que ela se engasgue.
- b) Tentar acordá-la durante os espasmos.
- c) Proteger a cabeça da vítima e afastar objetos perigosos ao redor.
- d) Deitar a vítima de lado e colocar água em sua boca.
- e) Fazer massagem cardíaca durante a convulsão.



Qual sinal abaixo pode indicar um possível infarto e exige atendimento emergencial?

- a) Dor leve e passageira no pé.
- b) Febre e calafrios repentinos.
- c) Dor no peito que irradia para o braço esquerdo, acompanhada de falta de ar.
- d) Tontura leve após exercícios físicos.
- e) Coceira intensa na pele sem causa aparente.





Um dos sinais clássicos de AVC pode ser percebido quando a pessoa tenta sorrir e:

- a) Começa a chorar sem explicação.
- b) Um lado do rosto não se movimenta.
- c) Seus olhos se fecham automaticamente.
- d) Há suor excessivo e tremores.
- e) A pessoa sente sono repentino.





Ao suspeitar de uma emergência neurológica, como um AVC ou uma convulsão, qual deve ser a prioridade do socorrista?

- a) Dar calmantes para aliviar os sintomas.
- b) Oferecer alimentos leves e líquidos.
- c) Manter a vítima segura, observar os sinais e acionar o SAMU imediatamente.
- d) Esperar 30 minutos para verificar se os sintomas desaparecem.
- e) Colocar a vítima sentada com a cabeça abaixada.



Diante de uma vítima inconsciente, que não responde e não respira normalmente, qual deve ser a atitude imediata do socorrista?

- a) Esperar a chegada do socorro sem intervir.
- b) Iniciar as compressões torácicas e acionar o serviço de emergência.
- c) Sacudir a vítima com força e chamar pelo nome repetidamente.
- d) Dar dois tapas no rosto e deitar a vítima de lado.
- e) Levar a vítima imediatamente para um hospital, mesmo sem auxílio.

O que fazer imediatamente ao verificar uma parada cardiorrespiratória (ausência de pulso)?

1. Verificar novamente os sinais vitais após 5 minutos para confirmar a ausência de pulso.
  2. Iniciar imediatamente compressões torácicas com uma frequência de 100 a 120 compressões por minuto.
  3. Continuar as compressões torácicas até a chegada de um desfibrilador ou de ajuda médica especializada.
  4. Solicitar ajuda ou ligar para os serviços de emergência antes de começar as manobras de reanimação.
  5. Realizar respiração boca a boca antes de iniciar as compressões torácicas.
- a) Todos estão corretos.
  - b) Apenas os itens 1, 2 e 3.
  - c) Apenas os itens 2, 3 e 4.
  - d) Apenas os itens 2, 4 e 5.
  - e) Nenhum dos itens



Qual a primeira medida a ser tomada ao identificar uma vítima com parada cardiorrespiratória?

- a) Iniciar compressões torácicas imediatamente.
- b) Verificar novamente os sinais vitais após 5 minutos.
- c) Realizar respiração boca a boca.
- d) Chamar por ajuda e aguardar





Qual é a principal causa de uma parada cardiorrespiratória?

- a) Engasgamento.
- b) Obstrução das vias aéreas.
- c) Arritmias cardíacas ou ataque cardíaco.
- d) Dificuldade respiratória causada por trauma.





O que fazer quando se identificar uma parada cardiorrespiratória (PCR)?

- a) Verificar a respiração e iniciar compressões torácicas imediatamente.
- b) Ligar para os serviços de emergência e aguardar instruções.
- c) Pedir para a vítima tentar respirar e esperar que se recupere.
- d) Iniciar a respiração boca a boca primeiro, antes das compressões.



Em uma parada cardiorrespiratória, qual a frequência ideal para realizar compressões torácicas?

- a) 60 compressões por minuto.
- b) 80 compressões por minuto.
- c) 100 a 120 compressões por minuto.
- d) 140 compressões por minuto



Sobre quedas, qual a primeira medida a ser tomada ao encontrar uma vítima que caiu?

- a) Levantar a vítima imediatamente para verificar possíveis lesões.
- b) Verificar se o local é seguro antes de aproximar-se da vítima.
- c) Oferecer água à vítima para que se recupere.
- d) Imobilizar as articulações e realizar movimentações.



Quando nos deparamos com a queda de uma pessoa, alguns passos devem ser seguidos com base nos princípios dos primeiros socorros. Assinale a alternativa que apresenta a ordem correta de prioridades a seguir:

- a) Ligar para emergência; Verificar se a pessoa respira e tem pulso; Tocar a pessoa pelo ombro ou chamar pelo nome; Informar aos socorristas; Não mover a vítima; Manter a pessoa calma e confortável; Verificar se o local está seguro.
- b) Verificar se o local está seguro para você e para a vítima; Tocar a pessoa pelo ombro ou chamar pelo nome; Verificar se a pessoa respira e tem pulso; Ligar para emergência; Não mover a vítima; Manter a pessoa calma e confortável; Informar aos socorristas todas as informações relevantes.
- c) Tocar a pessoa pelo ombro ou chamar pelo nome; Verificar se o local está seguro; Verificar se a pessoa respira e tem pulso; Ligar para emergência; Informar aos socorristas; Não mover a vítima; Manter a pessoa calma e confortável.
- d) Verificar se o local está seguro para você e para a vítima; Verificar se a pessoa respira e tem pulso; Tocar a pessoa pelo ombro ou chamar pelo nome; Não mover a vítima; Ligar para emergência; Manter a pessoa calma; Informar aos socorristas.
- e) Verificar se a pessoa respira e tem pulso; Ligar para emergência; Não mover a vítima; Manter a pessoa calma e confortável; Informar aos socorristas todas as informações relevantes; Verificar se o local está seguro para você e para a vítima; Tocar a pessoa pelo ombro ou chamar pelo nome.





Quais são os sinais típicos de uma queimadura de primeiro grau?

- a) Formação de bolhas e dor intensa.
- b) Pele vermelha e dor localizada.
- c) Pele esbranquiçada e dor.
- d) Atinge todas as camadas da pele.





Quando uma queimadura ocorre, qual a primeira ação que devemos tomar?

- a) Colocar a área queimada debaixo de água corrente fria por pelo menos 10 minutos.
- b) Aplicar pomadas e cremes na queimadura.
- c) Colocar gelo diretamente sobre a área queimada.
- d) Cobrir a queimadura com material estéril e não molhado.



Em caso de queimadura de segundo grau, qual deve ser o primeiro passo?

- a) Aplicar água gelada sobre a queimadura.
- b) Lavar e água corrente, cobrir a queimadura com material estéril e procurar ajuda médica.
- c) Estourar as bolhas para liberar a pressão.
- d) Realizar compressões torácicas para estabilizar a vítima.



Quais os sinais indicativos de traumatismo craniano?

- a) Dor de cabeça persistente e dificuldade de equilíbrio.
- b) Falta de apetite e náusea.
- c) Febre alta e dor abdominal.
- d) Tosse persistente e falta de ar



Como agir em caso de traumatismo craniano com perda de consciência?

- a) Mover a vítima para um local mais confortável.
- b) Manter a vítima em posição lateral estável e aguardar ajuda.
- c) Aplicar gelo diretamente na cabeça da vítima.
- d) Realizar compressões torácicas imediatamente.



Identifique os sinais de um traumatismo craniano:

- a) Dor de cabeça persistente, tontura e confusão mental.
- b) Sonolência excessiva, náusea e vômito.
- c) Dificuldade para falar, perda de memória ou fraqueza em um dos lados do corpo.
- d) Todas as alternativas anteriores.





Sobre os diferentes graus de queimadura, associe a primeira coluna com a segunda:

1. Queimadura de primeiro grau
2. Queimadura de segundo grau
3. Queimadura de terceiro grau

( ) Afeta apenas a camada mais superficial da pele (epiderme), causando vermelhidão e dor, mas sem formação de bolhas.

( ) Atinge a epiderme e a derme, causando bolhas, dor intensa e inchaço.

( ) Atinge todas as camadas da pele, podendo comprometer músculos e ossos, e frequentemente não causa dor devido à destruição das terminações nervosas.