

Primeiros Socorros/RCP/DEA para Adultos

Guia Rápido



Cruz Vermelha Americana
(American Red Cross)

Índice

Avaliando um adulto ferido ou doente _____	^{painel} 3
Reanimação Cardiopulmonar (RCP/CPR) _____	4
Desfib. Externo Automático (DEA/AED—Adulto ou Criança) __	5
Asfixia consciente _____	7
Controle de sangramento externo _____	8
Queimaduras _____	9
Envenenamento _____	10
Ferimentos na cabeça, no pescoço ou na coluna _____	11
AVC _____	12

Guia para os ícones usados neste manual:



Avalie a cena e a pessoa.



Disque 9-1-1.



Use luvas descartáveis ou outro EPI conforme apropriado.



Próximos passos

Avaliando um adulto ferido ou doente

Parece estar inconsciente



1 AVALIE A CAPACIDADE DE RESPOSTA

Toque no ombro e grite: "Você está bem?"



2 SE A PESSOA NÃO RESPONDER, LIGUE PARA 9-1-1 OU PARA O NÚMERO DE EMERGÊNCIA LOCAL E ENVIE ALGUÉM PARA PEGAR UM DEA (AED, pela sigla em inglês)

Se uma pessoa inconsciente estiver com o rosto para baixo, vire-a com o rosto para cima, mantendo a cabeça, o pescoço e as costas em linha reta.

Se a pessoa responder, obtenha sua autorização e ligue para o 9-1-1 ou o número de emergência local para qualquer condição de risco de vida. Avalie a pessoa da cabeça aos pés e faça perguntas para descobrir o que aconteceu.

3 ABRA AS VIAS AÉREAS

Incline a cabeça; levante o pescoço.

4 VERIFIQUE A RESPIRAÇÃO

Verifique por até 10 segundos. Suspiros ocasionais não são sinal de respiração.



5 VERIFIQUE SE HÁ SANGRAMENTO GRAVE



Se a pessoa não estiver respirando, faça a RCP (CPR, pela sigla em inglês) ou use um DEA (AED, pela sigla em inglês) se ele estiver imediatamente disponível. (Ver Painéis 4 e 5.)

Se a pessoa estiver respirando, mantenha as vias aéreas abertas e monitore a respiração e qualquer alteração na condição.

Reanimação Cardiopulmonar (RCP/CPR)

Não há respiração



1 FAÇA 30 COMPRESSÕES TORÁCICAS

Empurre com força, empurre rapidamente no meio do peito com pelo menos 2 polegadas de profundidade e a uma velocidade de pelo menos 100 compressões por minuto. A pessoa deve estar em uma superfície firme e plana.



2 FAÇA 2 RESPIRAÇÕES DE RESGATE

Incline a cabeça para trás e levante o queixo.

Aperte o nariz e faça uma vedação completa sobre a boca. Expire por cerca de 1 segundo, de modo a fazer o peito subir visivelmente.

Faça respirações de resgate, uma após a outra.



Se o peito não subir com a respiração de resgate inicial, incline novamente a cabeça antes de respirar uma segunda vez.

Se a segunda respiração não fizer o peito subir, a pessoa pode estar sufocando. Após cada série subsequente de compressões torácicas e antes de tentar respirar, veja se há um objeto obstruindo, e, se o vir, remova-o. Continue a RCP/CPR.

3 NÃO PARE

Continue os ciclos de RCP. Não pare a menos que você encontre um sinal óbvio de vida (como respiração), um DEA esteja pronto para uso, outro(a) socorrista treinado(a) ou equipe de serviços médicos emergenciais (EMS, pela sigla em inglês) assuma o controle, você esteja exausto(a) demais para continuar ou a cena se torne insegura.



Use um DEA assim que estiver disponível. (Ver Painel 5.)

Se a qualquer momento você perceber um sinal óbvio de vida, interrompa a RCP e monitore a respiração e qualquer alteração na condição.

Desfibrilador Externo Automático (DEA/AED) – Adulto ou criança com mais de 8 anos ou pesando mais de 55lbs/25kg Não há respiração



1 LIGUE UM DEA/AED

Siga as instruções de voz e/ou visuais.



2 SEQUE O PEITO NU DA PESSOA

Remova qualquer adesivo de medicamento usando luvas nas mãos.

3 AFIXE OS ELETRODOS

Não use eletrodos ou equipamentos DEA pediátricos em um adulto ou criança com mais de 8 anos ou com peso superior a 55lbs/25kg.



4 LIGUE O CONECTOR, SE NECESSÁRIO



5 AFASTE-SE

Certifique-se de que ninguém, incluindo você, esteja tocando a pessoa. Diga: “AFASTEM-SE todos.”



6 DEIXE O DEA ANALISAR O RITMO CARDÍACO

Pressione o botão “analyze” (analisar) se necessário.

7 APLIQUE O CHOQUE, SE ESSA FOR A ORIENTAÇÃO

Certifique-se de que ninguém, incluindo você, esteja tocando a pessoa. Diga: “AFASTEM-SE todos.” Aperte o botão “shock” (choque), se necessário.



8 FAÇA A RPC/CPR

Depois de aplicar o choque ou se nenhum choque for recomendado, faça 2 minutos (5 ciclos) de RCP e continue seguindo as instruções do DEA.

Se a qualquer momento você perceber um sinal óbvio de vida, interrompa a RCP e monitore a respiração e qualquer alteração na condição.

Se dois socorristas treinados estiverem presentes, um deve realizar a RCP enquanto o outro opera o DEA.

Asfixia Consciente

Não consegue tossir, falar ou respirar



1 DÊ 5 GOLPES NAS COSTAS

Dobre a pessoa para a frente na cintura e dê 5 golpes nas costas entre as omoplatas com a base de uma das mãos.



2 FAÇA 5 COMPRESSÕES ABDOMINAIS

Coloque um punho com o lado do polegar contra o meio do abdômen da pessoa, logo acima do umbigo. Cubra o punho com a outra mão. Faça 5 compressões abdominais rápidas e para cima.



3 CONTINUE OS CUIDADOS

Dê séries de 5 golpes nas costas e 5 compressões abdominais até que o objeto seja forçado para fora, a pessoa consiga tossir com força ou respirar ou ficar inconsciente.



Se a pessoa ficar inconsciente, cuide de um adulto com afixia inconsciente realizando RCP (consulte o Painel 4).

Controle de Sangramento Externo



1 CUBRA A FERIDA COM UM CURATIVO ESTÉRIL

2 APLIQUE PRESSÃO DIRETA ATÉ O SANGRAMENTO PARAR



3 CUBRA O CURATIVO COM UMA ATADURA

Verifique a circulação (sensação, calor e cor) além da lesão.



4 SE O SANGRAMENTO NÃO PARAR, LIGUE PARA 9-1-1 E APLIQUE MAIS PRESSÃO

Adicione mais curativos e ataduras e aplique mais pressão. Tome medidas para minimizar o choque.

Lave as mãos com água e sabão após realizar os cuidados.

Queimaduras



1 AFASTE A PESSOA DA FONTE DA QUEIMADURA

2 ESFRIE A QUEIMADURA

Resfrie a queimadura com água corrente fria pelo menos até que a dor seja aliviada.



3 CUBRA LEVEMENTE COM CURATIVOS ESTÉREIS



4 SE A QUEIMADURA FOR GRAVE, LIGUE 9-1-1

Ligue para 9-1-1 ou para o número de emergência local se houver qualquer outra situação que ofereça risco de vida.

5 OFEREÇA CUIDADOS CONTRA O CHOQUE

Envenenamento



1 Ligue para 9-1-1 OU PARA A LINHA DIRETA DE CONTROLE DE VENENOS

Para situações que ofereçam risco de vida (a pessoa está inconsciente ou não respira, ou o nível de consciência muda), ligue para 9-1-1 ou para o número de emergência local.

Se a pessoa estiver consciente e alerta, ligue para a linha direta do Centro Nacional de Controle de Venenos (National Poison Control Center) pelo número 1-800-222-1222 e siga as orientações dadas.

2 OFEREÇA CUIDADOS COM BASE NAS CONDIÇÕES ENCONTRADAS

Não induza o vômito nem dê nada para a pessoa comer ou beber, a menos que os profissionais médicos lhe digam para fazê-lo.

Ferimentos na cabeça, no pescoço ou na coluna



1 LIGUE PARA 9-1-1 OU PARA O NÚMERO DE EMERGÊNCIA LOCAL

2 MINIMIZE O MOVIMENTO DA CABEÇA, PESCOÇO E COLUNA



3 ESTABILIZE A CABEÇA NA POSIÇÃO ENCONTRADA

Ofereça apoio colocando as mãos em ambos os lados da cabeça da pessoa.
Se a cabeça estiver virada bruscamente para um lado, **NÃO** a mova.

AVC

Para um derrame, pense F.A.S.T. (rápido)



1 PENSE F.A.S.T. (rápido)

- Face:** Peça à pessoa para sorrir. Um lado do rosto cai?
- Arms (braços):** Peça à pessoa para levantar os braços. Um braço se pende para baixo?
- Speech (fala):** Peça à pessoa que repita uma frase simples (como “O céu é azul”). A fala está arrastada? A pessoa consegue repetir a frase corretamente?
- Time (tempo):** Tente determinar quando os sinais começaram. Ligue para 9-1-1 imediatamente. Relate a hora do início ao pessoal dos serviços médicos emergenciais.



2 OFEREÇA CUIDADOS COM BASE NAS CONDIÇÕES ENCONTRADAS