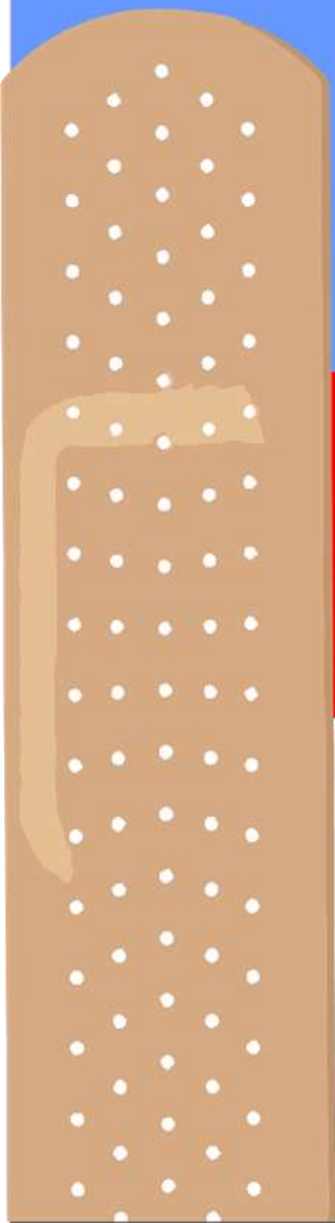
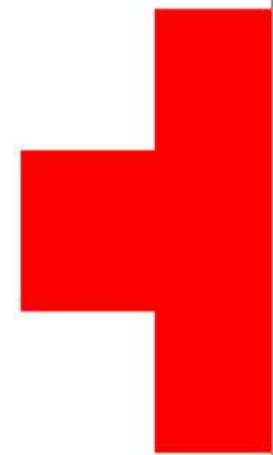


Cartilha de Primeiros

SOCORROS

DESMAIO



Ficha catalográfica elaborada na Biblioteca Setorial do CCTA da Universidade Federal da Paraíba

C327 Cartilha de primeiros socorros : desmaio [recurso eletrônico] /
Organização: Sônia Maria Josino dos Santos, Emmily
Ferreira de Farias, Bárbara Thuane Aguiar dos Santos. -
João Pessoa: Editora do CCTA, 2023.

Recurso digital (857 KB)

Formato: ePDF

Requisito do Sistema: Adobe Acrobat Reader

ISBN: 978-65-5621-311-8

1. Desmaio - Primeiros socorros. I. Santos, Sônia Maria
Josino dos. II. Farias, Emmily Ferreira de. III. Santos, Bárbara
Thuane Aguiar dos.

UFPB/BS-CCTA

CDU: 616.8-009.832(075.2)

Elaborada por: Susiquine R. Silva CRB 15/653

CREDENCIAIS DOS AUTORES ORGANIZADORES

Sônia Maria Josino dos Santos: Docente do Departamento de Enfermagem Clínica do Centro de Ciências da Saúde da Universidade Federal da Paraíba. Doutora em Enfermagem pela Universidade Federal do Ceará UFC. Mestre em Enfermagem Saúde Pública pela UFPB. Especialista em Urgência e Emergência pela Faculdade de Enfermagem Nossa Senhora das Graças FENSG /UPE.

Emmily Ferreira de Farias: Graduanda em Enfermagem na Universidade Federal da Paraíba. Membro do Grupo de Pesquisa em Saúde da Pessoa em Condições Críticas. Extensionista no projeto Fisiologia nas Escolas. Monitora voluntária no projeto Formação de Multiplicadores de Primeiros Socorros para Capacitação de Professores de Educação Básica

Bárbara Thuane Aguiar dos Santos: Graduada em Licenciatura e Bacharelado em Enfermagem pela Universidade Federal da Paraíba. Pós-graduanda em UTI pela Faculdade Venda Nova do Imigrante. Membro do Grupo de Estudos e Pesquisa em Saúde da Pessoa em Condições Críticas; Colaboradora externa no projeto Formação de multiplicadores de ações nos primeiros socorros para capacitação de discentes de enfermagem e agentes comunitários de saúde.

CARTILHA VINCULADA AO GRUPO DE ESTUDOS E PESQUISA EM SAÚDE DA PESSOA
EM CONDIÇÕES CRÍTICAS E AO PROJETO DE EXTENSÃO FORMAÇÃO DE
MULTIPLICADORES DE PRIMEIROS SOCORROS PARA CAPACITAÇÃO DE
PROFESSORES DA EDUCAÇÃO BÁSICA– UFPB

AUTORES

SÔNIA MARIA JOSINO DOS SANTOS

EMMILY FERREIRA DE FARIAS

BÁRBARA THUANE AGUIAR DOS SANTOS

AURILENE JOSEFA CARTAXO GOMES DE ARRUDA

MARINA JOSINO DA SILVA SOUZA

CARTILHA VINCULADA AO GRUPO DE ESTUDOS E PESQUISA EM SAÚDE DA
PESSOA EM CONDIÇÕES CRÍTICAS E AO PROJETO DE EXTENSÃO FORMAÇÃO DE
MULTIPLICADORES DE PRIMEIROS SOCORROS PARA CAPACITAÇÃO DE
PROFESSORES DA EDUCAÇÃO BÁSICA– UFPB

CARO LEITOR,

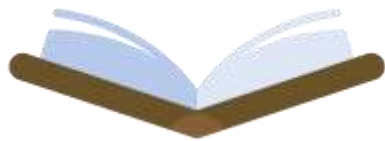


Esta cartilha foi elaborada com o objetivo de orientá-lo quanto os cuidados de primeiros socorros relacionados a Desmaio. Neste volume, você encontrará informações e condutas básicas que devem ser seguidas por você, familiares e comunidade, até que chegue o serviço de emergência. Ademais, o conteúdo aqui apresentado lhe orientará quanto ao que é desmaio, suas potenciais causas; classificação e o que é possível ser feito nestas situações, entre outros tópicos importantes

Aprenda primeiros socorros e ajude a salvar vidas.

SUMÁRIO:

- ❑ O QUE É DESMAIO?
- ❑ CAUSAS DO DESMAIO
- ❑ PRÉ DESMAIO
- ❑ COMO PROCEDER?
- ❑ DESMAIO: O QUE FAZER?
- ❑ POSIÇÃO LATERAL DE SEGURANÇA (PLS)
- ❑ PLS: COMO FAZER?
- ❑ O QUE NÃO FAZER

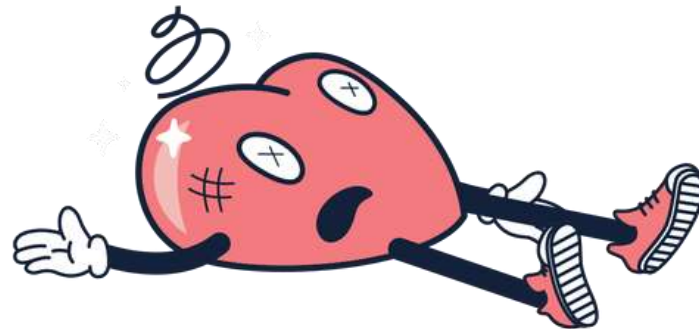


Aproveite a leitura!



O QUE É DESMAIO?

O desmaio, também conhecido como **síncope**, é definido como uma perda de consciência súbita e breve ocasionada principalmente pela privação temporária de oxigênio ou outro componente metabólico no cérebro.



CAUSAS DO DESMAIO

- ❑ **Estimulação do nervo vago (vasovagal):** locais fechados e/ou quentes, fortes emoções, permanecer por um longo período em pé, sustos.
- ❑ **Problemas cardiovasculares**
- ❑ **Mudança brusca de posição (ortostática / hipotensão postural)**
- ❑ **Jejum prolongado (hipoglicemia)**



PRÉ DESMAIO

Antes de desmaiar, período conhecido como **pré-desmaio**, o indivíduo costuma manifestar alguns sintomas. São eles:

- Náuseas
- Tontura
- Fraqueza muscular
- Tremores
- Dor abdominal
- Cefaleia
- Palidez
- Sudorese
- Visão embaçada



COMO PROCEDER?

Ao perceber que a pessoa apresenta sinais de pré-desmaio, a primeira conduta é que a vítima assuma uma posição segura:

Sentar ou deitar a vítima imediatamente!

O desmaio pode ser um evento simples, mas a queda durante a perda de consciência pode causar **ferimentos e traumas graves!**



PRÉ DESMAIO: o que fazer?

MANOBRAS DE CONTRAPRESSÃO FÍSICA

Cruzamento das pernas

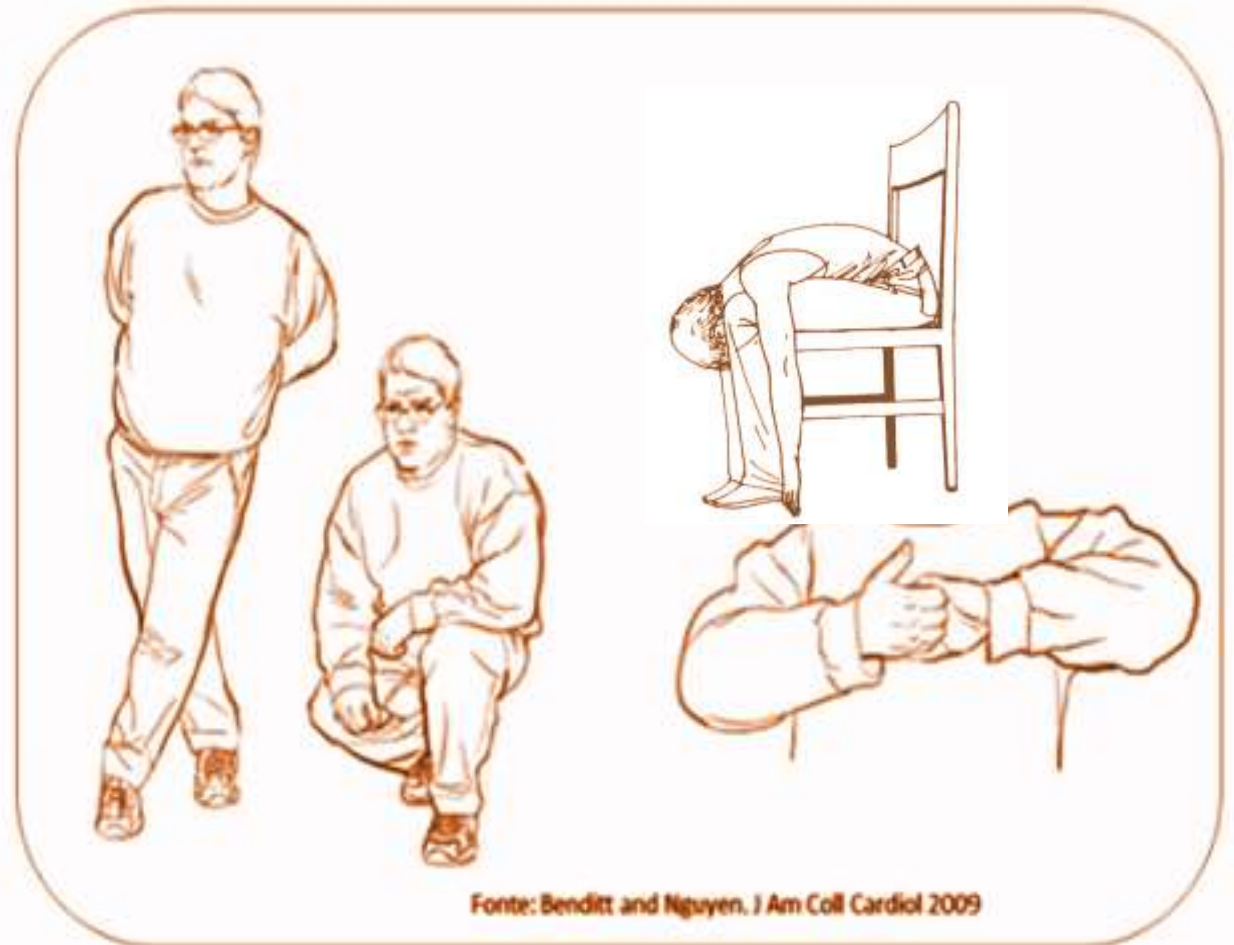
Agachamento

Flexão do pescoço

Tensão do braço

Punho isométrico

Se não houver melhoras em **1 ou 2 minutos**, ou se os sintomas piorarem ou ocorrerem novamente, a pessoa que presta os primeiros socorros deve iniciar a chamada para o socorro adicional (SAMU 192).



Fonte: Benditt and Nguyen. J Am Coll Cardiol 2009

DESMAIO: o que fazer?



Se as manobras de contrapressão não forem eficazes e o indivíduo desmaiar:

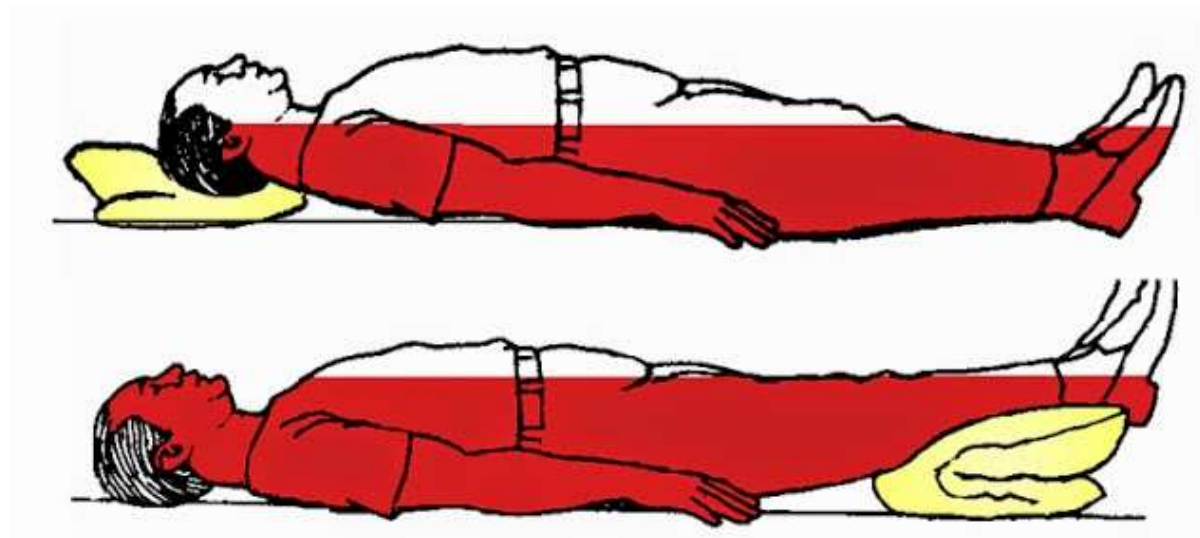
1. **Verificar** a responsividade da vítima (se ela atende quando você chama ou toca no ombro dela); e checar se ela está respirando;
2. **Mantenha** a vítima em local arejado, afaste os curiosos;
3. **Afrouxe** as roupas da vítima;
4. **Deite** a vítima em uma superfície plana, de barriga pra cima e eleve as pernas aproximadamente 30 graus em relação ao restante do corpo;
5. **Lateralize** a cabeça da vítima;
6. **Ligue** para o serviço de emergência - SAMU 192 - se a vítima não retornar a consciência em até 2 minutos.

DESMAIO: o que fazer?



→ Essa posição fará com que o sangue retorne para irrigar o cérebro, e assim forneça *oxigênio* para que a vítima retome a consciência.

Lateraliza-se a cabeça para impedir que alguma secreção seja aspirada para os *pulmões*.



ATENÇÃO!

Quando a vítima retomar a consciência, **evite** levantá-la rapidamente.

Deixe-a deitada por pelo menos cinco minutos e depois sente e a mantenha nessa posição por mais cinco minutos.

Ajude a ficar em pé, sempre dando suporte!



POSIÇÃO LATERAL DE SEGURANÇA (PLS)

Caso a vítima não retorne a consciência em até 2 minutos coloque-a na PLS e chame o **SAMU - 192**

Tem o intuito de prevenir que haja o rebaixamento da língua, impedindo a passagem de ar, bem como a drenagem de qualquer fluido ou secreção que possa sair da boca.



PLS: como fazer?



PLS: como fazer?

Antes de tudo, retire objetos que possam ferir a vítima durante o processo.

- 1- Pegue o braço mais próximo seu e apoie-o no chão com a palma da mão virada para cima, já com o outro braço dobre-o, de modo que a mão esteja no pescoço;
- 2- Dobre a perna mais longe de você;
- 3- Passe o braço e a perna para o outro lado, inclinando levemente a cabeça para facilitar a respiração
- 4- Posição Lateral de Segurança.

O QUE NÃO FAZER:

- ❑ Não oferecer à vítima álcool para aspirar ou outras substâncias com cheiro forte;
- ❑ Não jogar água no rosto da vítima;
- ❑ Não inserir líquidos ou alimentos na boca da vítima;
- ❑ Não oferecer qualquer tipo de líquido a pessoa logo após recobrar a consciência.

REFERÊNCIAS

American Heart Association. Destaques das atualizações direcionadas nas Diretrizes de 2019 da American Heart Association para Ressucitação Cardiopulmonar e Atendimento Cardiovascular de Emergência. [internet]; 2019 [acesso em 19 set 2020]. Disponível em: https://eccguidelines.heart.org/wp-content/uploads/2019/11/2019-Focused-Updates_Highlights_PTBR.pdf

Haubert M. Primeiros socorros. [recurso eletrônico] Porto Alegre: SAGAH, 2018. p. 11-21.