

# Com energia construimos Futuro

## Primeiros Socorros

### O choque eléctrico

A electricidade pode matar ou produzir uma grande variedade de ferimentos, incluindo graves queimaduras. As lesões ocasionadas pelo choque eléctrico são resultantes da acção directa da corrente eléctrica e da conversão da energia eléctrica em energia térmica durante sua passagem pelo corpo humano. A acção da energia eléctrica pode atingir a pele (queimadura), músculos, coração (arritmia cardíaca), vasos sanguíneos e sistema respiratório.

A extensão dos ferimentos vai depender de alguns factores:

- 01** - Da intensidade da descarga eléctrica;
- 02** - Do tempo em que a vítima ficou exposta a ela;
- 03** - Do tipo de isolante que protegerá a vítima.

Acidentes com electricidade são muito comuns no dia-a-dia e devemos ter muito cuidado, principalmente com as crianças. A principal medida para evitar os acidentes com o choque eléctrico é o estabelecimento de cuidados para evitar o contacto com a electricidade, usando objectos de borracha e tendo atenção com as tomadas e fios sem protecção.

### Em caso de Choque eléctrico

Alguns cuidados são muito importantes na ocorrência de um choque eléctrico:

- 01** - Jamais toque em uma vítima de acidente eléctrico até ter certeza de que você não corre risco de levar um choque.
- 02** - Se a vítima estiver em contacto com a fonte de energia, a primeira coisa a fazer é desligar a força.

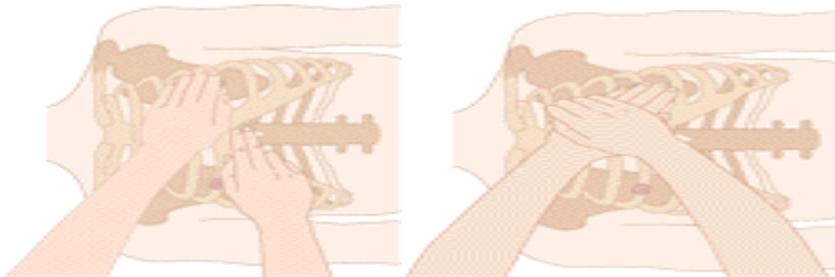
- 03** - Se você não tiver como desligar a fonte, tente empurrar a pessoa para longe usando um material isolante (por exemplo, um cabo de vassoura).
- 04** - De preferência, procure pôr-se de pé sobre um material isolante, com um jornal dobrado e seco (lembre-se que a água é um excelente condutor de electricidade).
- 05** - Verifique, então, se a vítima está consciente e respirando. Se a pessoa não acorda ou estiver com dificuldade para respirar, ligue para um serviço de emergência conhecido e procure ajuda médica

## Primeiros Socorros

### O que fazer

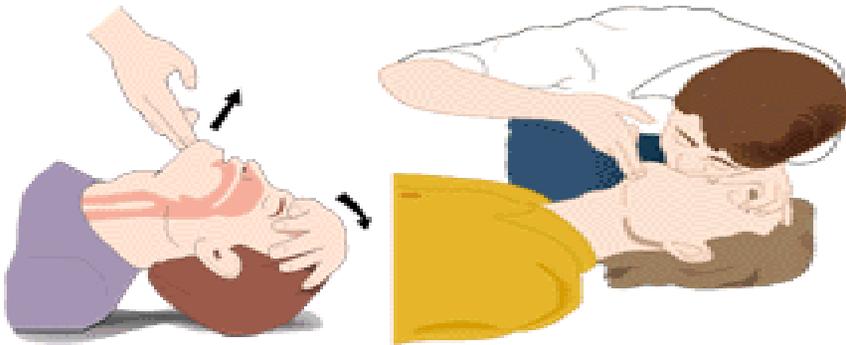
- 01** - Se houver parada cárdio-respiratória, aplique a ressucitação.
- 02** - Cubra as queimaduras com uma gaze ou com um pano bem limpo.
- 03** - Se a pessoa estiver consciente, deite-a de costas, com as pernas elevadas. Se estiver inconsciente, deite-a de lado.
- 04** - Se necessário, cubra a pessoa com um cobertor e mantenha-a calma.
- 05** - Procure ajuda médica imediata.

## A ressurreição Cárdio-pulmonar



- 01** - Com a pessoa no chão, coloque uma mão sobre a outra e localize a extremidade inferior do osso vertical que está no centro do peito (o chamado osso externo).

**02** - Ao mesmo tempo, uma outra pessoa deve aplicar respiração boca-a-boca, firmando a cabeça da pessoa e fechando as narinas com o indicador e o polegar, mantendo o queixo levantado para esticar o pescoço.



Enquanto o ajudante enche os pulmões, soprando adequadamente para insuflá-los, pressione o peito a intervalos curtos de tempo, até que o coração volte a bater.

Esta sequência deve ser feita da seguinte forma: se você estiver sozinho, faça dois sopros para cada quinze pressões no coração; se houver alguém ajudando-o, faça um sopro para cada cinco pressões.