

Prefeitura da Cidade de São Paulo
Secretaria Municipal da Saúde
Secretaria Executiva de Atenção Hospitalar
Coordenadoria de Urgências e Emergências
Departamento de Serviço de Atendimento Móvel de Urgência



SAMU
192
SÃO PAULO

MANUAL DE PRIMEIROS SOCORROS PARA LEIGOS

2022

MANUAL DE PRIMEIROS SOCORROS PARA LEIGOS

Prefeito

Ricardo Nunes

Secretário da Saúde

Dr. Luiz Carlos Zamarco

Secretaria Executiva de Atenção Hospitalar

Dr^a Marilande Marcolin

Diretora do SAMU 192-São Paulo

Maísa Ferreira dos Santos

Gerente Médico SAMU 192-São Paulo

Dr. Mauricio Augusto Gonçalves

Gerente de Enfermagem SAMU 192-São Paulo

Enfermeira Mestre Julianna Letícia Gimenes Cotrick Gomes

Assessoria do Núcleo de Educação Permanente

Jaqueline Costa

2022

MANUAL DE PRIMEIROS SOCORROS PARA LEIGOS

1º EDIÇÃO

Elaboração

Enfermeira Cássia Oliveira Lopes

Fotografia

Enfermeiro Daniel da Paixão Jobim

Colaboradores e Revisores

Enfermeiro Carlos Odercio Zanquette

Enfermeira Celina Hiromi Hoshino Vasconcelos

Enfermeira Mestre Daniela Gurjão Moreira

Enfermeira Mestre Edna Barbosa da Silva

Enfermeiro Jorge Alejandro Sevillano Aranibar

Enfermeiro Dr. Marcos Antônio Campoy

Enfermeira Shik Chic Tan Rodrigues

Enfermeira Dr.^a Valterli Conceição Sanches Gonçalves

2022

Lopes, Cassia Oliveira. Manual de Primeiros Socorros para Leigos. Suporte Básico de Vida. São Paulo: Secretaria Municipal de Saúde – SAMU-192, 2022. 62 p.

1. Primeiros Socorros. 2. Suporte Básico de Vida. I. Serviço Móvel de Urgência.
II Título.

CDU 616

Publicado em DOC em 01/11/2022 página 27 – Portaria nº 017/2022/SAMU

SUMÁRIO

✓ PRIMEIROS SOCORROS! O QUE É?	6
✓ QUEM PODE REALIZAR OS PRIMEIROS SOCORROS?	6
✓ POSSO SOCORRER A VÍTIMA SEM ME PREOCUPAR COM NADA?	7
✓ NÃO CORRO PERIGO, O QUE DEVO FAZER?	8
✓ DEVO SEMPRE LIGAR PARA O SAMU QUANDO UMA PESSOA PASSAR MAL?	8
✓ CASO DE URGÊNCIA E EMERGÊNCIA, O QUE É ISSO?	9
✓ LIGUEI PARA O SAMU-192 SÃO PAULO, AGORA VOU EMBORA?	9
✓ MAS EU NÃO SEI O QUE FAZER! VOCÊ PODE ME ORIENTAR?	10
✓ CONVULSÃO (Ataque epilético).....	11
✓ DESMAIO OU MAL SÚBITO	14
✓ ENGASGO NO ADULTO	18
✓ ENGASGO NO BEBÊ E NA CRIANÇA.....	22
✓ O BEBÊ VAI NASCER! O QUE FAZER?	26
✓ O BEBÊ NÃO VAI NASCER! O QUE FAZER?	30
✓ ALERGIA.....	31
✓ DOR NO PEITO.....	34
✓ DIFICULDADE PARA RESPIRAR.....	36
✓ ACIDENTE VASCULAR CEREBRAL (AVC ou derrame cerebral)Como saber? O que fazer?	39
✓ COMPORTAMENTO “ESTRANHO”, AGRESSIVO OU DEPRESSIVO.....	42
✓ SANGRAMENTO.....	44
✓ QUEDA / ATROPELAMENTO/ ACIDENTES /AGRESSÃO	50
✓ QUEIMADURA.....	53
✓ O CORAÇÃO PAROU?	56
✓ AVISO AOS PAIS.....	60

MANUAL DE PRIMEIROS SOCORROS PARA LEIGOS

SAMU-192 SÃO PAULO



PRIMEIROS SOCORROS!

O QUE É?



SAMU-192 SÃO PAULO responde: É toda ação imediata e breve prestada a uma pessoa que sofreu acidente ou mal súbito, até a chegada do atendimento pré-hospitalar para encaminhamento a um serviço especializado.

QUEM PODE REALIZAR OS
PRIMEIROS SOCORROS?



SAMU-192 SÃO PAULO responde: Qualquer pessoa devidamente treinada ou orientada para realizar as ações necessárias, afim de não piorar as lesões já existentes.

Atenção

- Ações apoiadas em crendices podem piorar o quadro da vítima.
- Na dúvida, ligue para o SAMU-192 São Paulo, siga as orientações e/ou aguarde a chegada da ambulância.



POSSO SOCORRER A VÍTIMA
SEM ME PREOCUPAR COM
NADA?



SAMU-192 SÃO PAULO responde: É de extrema importância que você observe próximo ou nos arredores situações de risco antes de acessar a vítima. Proteja-se contra doenças transmitidas pelo contato com sangue e secreções, use máscara e luvas, se for necessário, improvise.

Cuidado!

Não seja a próxima vítima!

Caso a vítima sofra um acidente observe o local e verifique se há riscos para você, como por exemplo: presença de fumaças tóxicas, fios elétricos caídos, postes e/ou galhos de árvores quebrados, fogo, inundações, armas (ou objetos que possam ser usados como armas) entre outros.

Se o local apresentar algum risco, mantenha-se afastado e ligue imediatamente para o SAMU-192 São Paulo, relatando o acidente e **o que impede** você de se aproximar da vítima.

Cuidado!

Não seja a próxima vítima

Não permita que outras pessoas permaneçam no local e corram risco!

Caso a vítima apresente mal súbito, lembre-se que há doenças que podem ser transmitidas pelo sangue, urina, fezes, gotículas de saliva e até pelo ar, portanto, use sempre equipamentos para se proteger como luvas e máscaras, se necessário, **improvise!**

Atenção!

Garanta primeiramente a sua proteção e a de populares antes de prestar primeiros socorros.



NÃO CORRO PERIGO, O
QUE DEVO FAZER?



SAMU-192 SÃO PAULO responde

1º Mantenha-se calmo! A tranqüilidade o ajudará a reconhecer a situação, identificar as necessidades e pensar sobre a ação a ser realizada no momento.

2º Nas vítimas de trauma, a aproximação deve acontecer de preferência pela frente, mantendo o contato visual. Geralmente a vítima consciente ou confusa após trauma, vira a cabeça para o lado onde foi feita a abordagem, tornando um risco nos casos de fratura das vértebras, mesmo que na ausência de sintomas. Explicaremos adiante como você deverá proceder.

Em caso de mal súbito e cena segura, aproxime-se para verificar o que a vítima está sentindo.

Identifique sempre a queixa principal, mesmo que ela informe antecedente como: pressão alta, diabetes, cardiopatias, entre outras comorbidades. As ações a serem realizadas nos primeiros socorros devem atender a apenas queixa principal

DEVO SEMPRE LIGAR PARA O
SAMU QUANDO UMA PESSOA
PASSAR MAL?



SAMU-192 SÃO PAULO responde: Você deve ligar para o SAMU-192 São Paulo nos casos de urgência e emergência.



CASO DE URGÊNCIA E EMERGÊNCIA, O QUE É iSSO?



SAMU-192 SÃO PAULO responde: Emergência é quando a vítima precisa receber atendimento imediato para que não morra. Muitas vezes, o socorro feito por um socorrista enquanto espera atendimento especializado pelo SAMU-192 São Paulo, garante que a pessoa sobreviva. Um exemplo seria uma pessoa que cortou o braço em uma serra elétrica e esta com hemorragia que “jorra”, caso o socorrista não pare o sangramento a pessoa poderá morrer.

Urgência é quando a vítima precisa ter atendimento rápido, pois se houver demora pode colocar a vítima em risco de morte. Um exemplo é uma pessoa que sofreu um acidente de motocicleta e apresenta um sangramento na perna que não jorra, mas que sangra continuamente.



LIGUEI PARA O SAMU-192 SÃO PAULO, AGORA VOU EMBORA?



SAMU-192 SÃO PAULO responde: O profissional que atendeu sua ligação irá orientar você como proceder. Nos casos de urgência e emergência você deverá ficar com a vítima e aguardar a ambulância chegar.

**MAS EU NÃO SEI O QUE FAZER!
VOCÊ PODE ME ORIENTAR?**



SAMU-192 SÃO PAULO responde: Sim! Siga as orientações descritas a seguir e você poderá salvar uma vida!

Atenção

Caso tenha qualquer dúvida se a vítima necessita de atendimento do SAMU, ligue 192!

CONVULSÃO (Ataque epilético)

O QUE FAZER?



Caso você presencie uma pessoa com convulsão generalizada (abalos musculares involuntário, violento, repetitivo, principalmente nos braços e pernas) desacordada, salivando excessivamente e com liberação de urina:



Lembre-se dos cuidados iniciais

- ✓ Verifique sua segurança e da própria vítima;
- ✓ Mantenha a calma;
- ✓ Aproxime-se da vítima;

Realize as instruções descritas:

- ✓ Remova todos os objetos perigosos de perto da vítima (pedra, móveis, óculos);



Retire os óculos e
afaste os móveis,
S/N

- ✓ Coloque almofada ou toalha sob a cabeça da vítima, para que não fique batendo no chão;

Coloque almofada
para proteger a
cabeça durante
convulsão



Atenção

- ✓ Ocorrências de queda são frequentes no momento da crise, podendo provocar traumas importantes.
- ✓ Caso aconteça, não remova e nem movimente a vítima, ligue para SAMU-192 São Paulo, segure a cabeça e aguarde a ambulância.

A convulsão geralmente dura 1 minuto e depois a pessoa pode permanecer:

- Com relaxamento muscular;
- Confusa por alguns minutos;

- Sonolenta;
- Cansada;
- Queixando-se de dor no corpo;
- Não lembra o que aconteceu.

Ao término da convulsão:

- Observe se a vítima respira (se não respirar siga as instruções de primeiros socorros em parada cardíaca);
- Afrouxe as vestes;
- Se ela não tiver sofrido queda, coloque ela de lado;



- Após a vítima estar orientada, lúcida, leve-a para uma unidade de saúde.

CASO DE URGÊNCIA E EMERGÊNCIA

- Se a vítima convulsionar mais de uma vez ou se não acordar até 10 minutos após a convulsão, ligue para SAMU-192 São Paulo;
- Se estiver confusa, não deixe que se levante ou ande.

O QUE NÃO FAZER!

Durante convulsão

- ✓ Não segure a vítima;
- ✓ Não impeça os movimentos da vítima;
- ✓ Não jogue água na vítima;
- ✓ Não tente abrir a boca da vítima, mesmo que você veja que esta sangrando;
- ✓ Não coloque a mão ou objeto na boca da vítima.
- ✓ Não tente tirar a vítima do lugar, enquanto ela convulsiona.

Após convulsão

- ✓ Não dê remédios, líquidos ou alimento para enquanto ela estiver sonolenta ou confusa.

DESMAIO OU MAL SÚBITO

O QUE FAZER?



Caso você presencie uma pessoa desmaiada, pálida, com pele e suor frio:

Caso você presencie uma pessoa desmaiada, pálida, com a pele fria e úmida.

Lembre-se dos cuidados iniciais

- ✓ Verifique sua segurança e da própria vítima;
- ✓ Mantenha a calma;
- ✓ Aproxime-se da vítima;

Realize as instruções descritas:

- ✓ Caso a vítima apresente palidez, relate mal estar, visão borrada e tontura, coloque-a ela de preferência deitada.



- ✓ Se a vítima desmaiou, verifique se ela está respirando (se não estiver respirando vá para as orientações de parada cardíaca);



- ✓ Se a vítima está respirando e você conseguiu segurá-la antes de cair, deixe-a deitada no mesmo lugar e levante as pernas acima do corpo;



- ✓ Afrouxe as roupas e mantenha de lado;



- ✓ Após recobrar a consciência, verifique qual o horário da ultima refeição, se necessário, ofereça um copo de água com açúcar;

- ✓ Oriente a vítima a permanecer sentada por alguns segundos antes de levantar.

CASO DE URGÊNCIA E EMERGÊNCIA

Caso a vítima não retorne a consciência após alguns minutos, ligue para SAMU-192 São Paulo.

O QUE NÃO FAZER!

Durante o desmaio

- ✓ Não jogue água na vítima
- ✓ Não esfregue os punhos com álcool;
- ✓ Não dê nada para a vítima cheirar;
- ✓ Não sacuda a vítima;
- ✓ Não coloque nada na boca da vítima.

Atenção

Caso a vítima tenha problemas de saúde, reúna os últimos exames, receitas ou caixas de remédio e leve junto com ela para a unidade de saúde.

**EU NÃO SOU DIABÉTICO, MEU
AÇÚCAR PODE BAIXAR E EU
DESMAIAR?**



Qualquer pessoa que não se alimenta por um longo período, ou que faz atividade física intensa, pode apresentar baixos níveis de glicose no sangue, porém, se for diabético essa situação é ainda mais grave, colocando a vida em risco caso não resolva rapidamente.

O paciente diabético ao perceber os sinais sugestivos dessa condição, deve:

- ✓ Ingerir alimentos com alto teor de açúcar
- ✓ Procurar uma unidade de saúde mais próxima
- ✓ Caso **NÃO MELHORE**, chame SAMU-192 São Paulo imediatamente.

CASO DE URGÊNCIA E EMERGÊNCIA

Vítima diabética que está desmaiada, ligue imediatamente para SAMU-192 São Paulo.

O QUE NÃO FAZER!

- Não coloque nada na boca da vítima, não haverá absorção do açúcar e mel e ainda a pessoa poderá aspirar isso para os pulmões.
- Aguarde a ambulância e verifique se a vítima esta respirando até o SAMU-192 chegar.

Atenção

Reúna os últimos exames e a receita dos medicamentos que faz uso e leve junto com a vítima para a unidade de saúde.

ENGASGO NO ADULTO

O QUE FAZER?



Caso você presencie uma pessoa que está engasgada (obstrução repentina das vias aéreas causada por algum corpo estranho, podendo bloquear a respiração):

Lembre-se dos cuidados iniciais

- ✓ Verifique sua segurança e da própria vítima;
- ✓ Mantenha a calma;
- ✓ Aproxime-se da vítima;

Realize as instruções descritas:

1. Se a vítima está gesticulando que está engasgada e está tossindo, com vontade de vomitar, emitindo alguns sons e pálida:

- ✓ Estimule-a tossir (a tosse é o melhor meio para que ocorra a desobstrução das vias aéreas)



- ✓ Observe a vítima sempre e caso piores:

2. Se a vítima não está gesticulando, as mãos estão no pescoço, a tosse está fraca ou ausente, com dificuldade para respirar, o rosto, boca e mãos ficam arroxeadas, **ligue SAMU-192 São Paulo e realize manobra descrita a seguir:**

- ✓ Posicione-se por trás, envolvendo-a com seus braços à altura da cintura;



- ✓ Uma das suas mãos deve estar fechada, com o polegar encostado no abdômen (entre o estômago e o umbigo) e a outra mão aberta sobre a primeira;



- ✓ Inicie as compressões para dentro e para cima (formato de J);



Atenção

A compressão em vítimas obesas e grávidas nos últimos meses de gestação deve ser realizada no meio do tórax.



- ✓ A manobra deve ser repetida até que ocorra a desobstrução ou a vítima fique desacordada.

3. Se a vítima ficar desacordada:

- ✓ Coloque a vítima no chão ou em superfície rígida;



- ✓ Realize 30 compressões no tórax (coloque as mãos entrelaçadas sobre o tórax da vítima e comprima com 5 cm de profundidade, deixando o tórax retornar);

Realize 30 compressões no meio do peito



- ✓ Abra a boca da vítima e veja se consegue ver o corpo estranho;
- ✓ Tente remover o corpo estranho com os dedos em pinça;



Só tente retirar o corpo estranho da boca se estiver visível e solto.

Os dedos devem estar em pinça para garantir que o corpo estranho não seja empurrado novamente.

- ✓ Se não enxergar, não tente colocar o dedo para buscar o objeto dentro da boca(isso pode fazer com que ele seja empurrado);
- ✓ Mantenha as compressões até a chegada da ambulância.

O QUE NÃO FAZER!

- ✓ Não de água para a vítima beber;
- ✓ Não sacuda a vítima,
- ✓ Não bata nas costas
- ✓ Não provoque vômito;
- ✓ Não coloque nada na boca da vítima;
- ✓ Não tente retirar o objeto da boca, ele tem que ser expelido.



ENGASGO NO BEBÊ E NA CRIANÇA

O QUE FAZER?



Caso você presencie uma criança que está engasgada (obstrução repentina das vias aéreas causada por algum corpo estranho, podendo bloquear a respiração):

Lembre-se dos cuidados iniciais

- ✓ Verifique sua segurança e da própria criança;
- ✓ Mantenha a calma;
- ✓ Aproxime-se da criança;
- ✓ Realize as instruções descritas.

Você deve proceder da seguinte forma:

1. Se a criança está gesticulando que está engasgada e está tossindo, com vontade de vomitar, emitindo alguns sons e pálida:

- ✓ Estimule-a tossir (a tosse é o melhor meio para que ocorra a desobstrução das vias aéreas)
- ✓ Observe a criança sempre, e caso piore:

2. Ligue SAMU-192 São Paulo e realize manobra descrita abaixo:

Crianças maior de 1 ano e acordada

- ✓ Posicione-se na altura da criança;
- ✓ Envolva seus braços na cintura com uma das mãos fechadas com o polegar encostada ao abdômen (entre o estomago e o umbigo);
- ✓ Com a outra mão aberta sobre a primeira, inicie as compressões para dentro e para cima;



- ✓ Inicie as compressões para dentro e para cima (formato de J);



- ✓ A manobra deve ser repetida até que ocorra a desobstrução ou a criança fique desacordada.

Crianças maior de 1 ano e desacordada

- ✓ Coloque a criança no chão ou em uma superfície rígida;
- ✓ Realize 15 compressões no tórax **com apenas uma mão**;
- ✓ Abra a boca da criança e veja se consegue ver o corpo estranho;
- ✓ Tente remover o corpo estranho com os dedos em pinça;
- ✓ Se não enxergar ou não conseguir retirar o objeto mantenha as compressões até a chegada da ambulância.

Crianças menor de 1 ano e acordada

- ✓ Coloque o bebê de barriga para baixo em seu antebraço;
- ✓ Apoie seu antebraço na sua coxa mantendo a cabeça do bebê para baixo;

Vire o bebê de barriga para baixo, sobre o antebraço do socorrista e a cabeça mais baixa que o corpo.

Detalhe para as pernas do socorrista que deve ficar reta para baixo.



- ✓ Realize cinco golpes nas costas do bebê (na altura do tórax),



Bata no meio das costas (na altura do tórax) com força moderada: lembre-se que você precisa exercer a força similar a uma tosse para o objeto ser expulso das vias aéreas.

- ✓ Vire o bebê e faça cinco compressões no tórax (entre o peito), até que o objeto seja expelido ou o bebê fique desacordado;

Quando virar o bebê ele deverá ficar no outro braço do socorrista, a perna ficará estendida e a compressão no meio do tórax também deverá ser feita com compressões moderadas.



- ✓ Abra a boca da criança e veja se consegue ver o corpo estranho;



- ✓ Tente remover o corpo estranho com os dedos em pinça;
- ✓ Se não enxergar o objeto, não tente retirá-lo; mantenha a manobra até a chegada da ambulância.
- ✓ Se o objeto sair, deixe o bebê no seu colo, com a cabeça e tórax mais elevado que o corpo e aguarde o SAMU-192 São Paulo.

O BEBÊ VAI NASCER!

O QUE FAZER?



Caso você presencie uma grávida de 9 meses, com contração muito forte, dor intermitente num intervalo menor que 2 minutos e/ou tenha líquido escorrendo pelas pernas (como se estivesse urinando):

Lembre-se dos cuidados iniciais

- ✓ Verifique sua segurança e da própria gestante;
- ✓ Mantenha a calma;
- ✓ Aproxime-se da grávida;

Realize as instruções descritas:

1. Ligue **SAMU-192 São Paulo** e enquanto aguarda a ambulância, deite a grávida na cama ou chão;



Ligue SAMU-192 São
Paulo

2. Mantenha a cabeça da grávida um pouco elevada com um travesseiro.



Mantenha a grávida no chão/cama com travesseiro

3. Pegue toalhas/panos secos e limpos;



4. Caso seja uma pessoa conhecida, você deverá ver se a criança está nascendo, então deverá retirar a roupa abaixo da cintura;



5. Olhe para ver se o bebê está nascendo e verifique qual a parte do bebê está aparecendo;

Atenção

Caso você veja outra parte do bebê que não seja a cabeça, não faça nada!

Diga para o profissional do SAMU-192 São Paulo por telefone o que você está vendo e aguarde orientações!

6. Assim que ver a cabeça do bebê coloque sua mão (coberta com plástico) em direção a mesma, sem forçar para dentro, porque você precisará apoiar o bebê quando sair;



Segure a cabeça do bebê,
sem forçar, com as mãos
enluvadas ou similar

7. Conforme você observa o bebê saindo, segure-o com firmeza e delicadeza (ele estará escorregadio);



8. Mantenha o bebê entre as pernas da mãe;



9. Seque o bebê com uma toalha/pano (principalmente o rostinho) e depois enrole desde a cabeça até os pés com outra toalha/pano seco (não cubra o rosto);

10. Meça um palmo da barriga no bebê e amarre o cordão (com um pano fino ou cadarço limpo);



Amarre um pano (tira) no cordão umbilical.

11. Mantenha o bebê e a mãe aquecidos e aguarde a ambulância.



12. A placenta sairá em algum momento, geralmente o SAMU-192 São Paulo já terá chegado, não se preocupe.



A placenta (órgão que nutre o bebê na gestação) vai se desprender da mãe quando o bebê nasce, e deve ser levado para o hospital pois a equipe médica precisa avaliar.

O QUE NÃO FAZER!

- ✓ Não deixe a grávida ir ao banheiro;
- ✓ Não puxe o bebê que está nascendo em nenhum momento;
- ✓ Não puxe o cordão umbilical de dentro da mãe;
- ✓ Não puxe a placenta, ela pode se romper;
- ✓ Não tente impedir que o bebê nasça.
- ✓ Não estimule a amamentação até que o profissional de saúde avalie o bebê e a carteirinha de pré-natal.

Atenção!

Caso a grávida tenha feito pré-natal, reúna os últimos exames e a carteirinha e leve junto para a maternidade.



O BEBÊ NÃO VAI NASCER!

O QUE FAZER?



Caso você presencie uma grávida de 9 meses, com contração esporádica (poucas contrações no dia) e que tem ou não líquido escorrendo pelas pernas: leve a para unidade de saúde.

ALERGIA

O QUE FAZER?



Caso você presencie uma pessoa que:

- ✓ Ingeriu comida, bebida ou medicamento,
- ✓ Foi picada por um inseto, animal peçonhento e outros,
- ✓ Inalou perfume, produto químico ou fumaça,
- ✓ Entrou em contato com algum produto químico e outros,

E apresente boca e/ou rosto inchado, vermelhidão, coceira e dificuldade para respirar:



Lembre-se dos cuidados iniciais

- ✓ Verifique sua segurança e da própria vítima;

Atenção

Sua segurança é prioridade!

Caso a vítima tenha sido picada por enxame de marimbondos, abelhas, vespas ou por um escorpião/cobra: **Ligue para o Corpo de Bombeiros 193** e aguarde.

- ✓ Mantenha a calma;
- ✓ Aproxime-se da vítima quando o local estiver seguro;

Atenção!
Ligue imediatamente 192.

Realize as instruções descritas:

- ✓ Mantenha a vítima deitada e caso apresente muita dificuldade para respirar deixe a parte do tórax e a cabeça um pouco mais alta que o restante do corpo, para facilitar a respiração;



- ✓ Não provoque vômito;
- ✓ Não deixe a vítima sentar ou levantar rapidamente;
- ✓ Deixe as roupas frouxas;
- ✓ Não dê nada para a pessoa comer ou beber;
- ✓ Aguarde a chegada da ambulância do SAMU-192 São Paulo.

Picada de escorpião/cobra:

- ✓ Lave o local com água e sabão;
- ✓ Coloque água gelada ou compressa gelada;
- ✓ Não deixe a vítima mexer o membro.

Atenção

Caso a pessoa apresente apenas inchaço, vermelhidão e coceira no local da picada, mas não tenha inchaço no rosto, nem rouquidão, nem dificuldade para respirar, após algum episódio potencialmente alérgico, vá para unidade de saúde mais próxima.

Realize as instruções descritas:

- ✓ Não coloque nada no local da picada;
- ✓ Não perfure as proximidades da picada para tentar liberar o veneno;
- ✓ Não sugue o local da picada com aparelho ou boca;
- ✓ Não faça garrote nos membros onde a pessoa foi picada;
- ✓ Picada de abelha e marimbondo: retire ferrão o mais rápido possível, porém não use pinça para que não se esprema a região da picada, pode ser usado um objeto (sem corte) para raspar a pele (por exemplo: documento, cartão bancário etc);
- ✓ No local da picada de insetos (abelha, marimbondo, formiga etc) pode aplicar água gelada, ou compressa gelada.



DOR NO PEITO

O QUE FAZER?



Caso você presencie uma pessoa que está com dor no peito intermitente (dor que vai e volta) ou dor que não cessa e refere mais de uma dessas queixas, a seguir:

- ✓ Dor que irradia para um dos braços, estômago e/ou costas
- ✓ Suor frio,
- ✓ Náuseas, vômitos,
- ✓ Palpitação,
- ✓ Cansaço,
- ✓ Dificuldade para respirar:



Lembre-se dos cuidados iniciais

- ✓ Verifique sua segurança e da própria vítima;
- ✓ Mantenha a calma;
- ✓ Aproxime-se da vítima;
- ✓ Ligue para SAMU-192 São Paulo;

Realize as instruções descritas:

Ligue SAMU-192
São Paulo



- ✓ Mantenha a vítima sentada;
- ✓ Mantenha a vítima em local arejado, se possível;



- ✓ Deixe as roupas mais frouxas;
- ✓ Não deixe que a vítima faça esforço (até mesmo conversar);
- ✓ Não dê alimentos ou líquidos;
- ✓ Aguarde o SAMU-192 São Paulo junto com a pessoa e verifique se ela não piora, pois em alguns casos ela poderá desmaiar ou seu coração parar.

Atenção

Caso a pessoa tenha problemas de saúde, reúna os últimos exames e a receita dos medicamentos que faz uso e leve junto com a vítima para a unidade de saúde.



DIFÍCULDADE PARA RESPIRAR

O QUE FAZER?



192 Caso você presencie uma pessoa que está com dificuldade para respirar **e** apresente um dos sinais ou queixas descritos a seguir:

- ✓ Dificuldade para falar (não consegue falar uma frase inteira sem parar para respirar),
- ✓ Presença de chiado ou roncos,
- ✓ Cor arroxeadas ou acinzentada nas pontas dos dedos, lábios e orelhas,
- ✓ Palpitação,
- ✓ Cansaço,
- ✓ Agitação,
- ✓ Sensação de desmaio.



Os lábios e pontas dos dedos ficam acinzentados, arroxeados.



As pessoas assumem uma posição inclinada para frente (posição “tripé”)



E depois levantam o tórax e os braços “puxando o ar”

- ✓ Verifique sua segurança e da própria vítima;
- ✓ Mantenha a calma;
- ✓ Aproxime-se e verifique a situação: pergunte se a vítima usa um medicamento para respirar melhor e ofereça para ela: “bombeira” ou comprimido.
- ✓ **Ligue para SAMU-192 São Paulo;**

Ligue imediatamente para SAMU-192 São Paulo



Realize as instruções descritas:

- ✓ Mantenha a vítima sentada;



- ✓ Mantenha a vítima em local arejado, se possível;
- ✓ Deixe as roupas mais frouxas;
- ✓ Não deixe que a vítima faça esforço (até mesmo conversar);
- ✓ Não dê alimentos ou líquidos;
- ✓ Aguarde o SAMU-192 São Paulo junto com a pessoa e verifique se ela não piora, pois em alguns casos ela poderá desmaiar ou seu coração parar.

Atenção

Se a pessoa estiver em um local com fumaça ou perto de produtos químicos, **NÂO** chegue perto da vítima, **ligue para SAMU-192 São Paulo** e aguarde a ambulância chegar.

Atenção

Caso a pessoa tenha problemas de saúde, reúna os últimos exames e a receita dos medicamentos que faz uso e leve junto com a vítima para a unidade de saúde.



ACIDENTE VASCULAR CEREBRAL (AVC ou derrame cerebral) COMO SABER? O QUE FAZER?



Caso você presencie uma pessoa que está se queixando de:

- ✓ Fraqueza ou formigamento em um dos lados do corpo;
- ✓ Fala “enrolada” ou ausente;
- ✓ Dor de cabeça forte e repentina, sem causa aparente;



- ✓ Dificuldade para andar repentina;
- ✓ E você pode observar que a pessoa está confusa e /ou sua boca está torta quando tenta falar,

Isso pode ser um Acidente Vascular Cerebral (AVC ou Derrame Cerebral)

Ligue imediatamente para SAMU-192 São Paulo

Atenção

Caso tenha dúvida, você pode fazer testes rápidos:

- Peça para a pessoa sorrir, e ela não moverá um lado da face ou irá mover pouco;



- Peça para a pessoa levantar um dos braços na mesma altura e ela não conseguirá manter 1 dos braços no alto por 10 segundos;



- Peça para vítima falar: “o rato roeu a roupa do rei de Roma” e ela não conseguirá falar a frase inteira (ou falará enrolada).

Ligue imediatamente para Samu-192 São Paulo.

Importante: Verifique o horário que a pessoa começou a apresentar estas queixas;

- ✓ Mantenha a vítima em posição confortável e seguro, de preferência deitada e de lado;

- ✓ Não dê medicamentos, alimentos e líquidos;
- ✓ Tranquilize a vítima que o socorro está chegando;
- ✓ Aguarde o SAMU-192 São Paulo junto com a pessoa e verifique se ela não piora, pois em alguns casos ela poderá vomitar, convulsionar, desmaiar ou o coração parar.

Atenção

Se história de problemas de saúde, reúna os últimos exames e receita dos medicamentos que faz uso, leve junto com a vítima para a unidade de saúde.

COMPORTAMENTO “ESTRANHO”, AGRESSIVO OU DEPRESSIVO.

O QUE DEVO FAZER?



Caso você presencie uma pessoa que está com o seguinte comportamento:

- Confuso: não sabe quem é e onde está;
- Atitudes violentas e agressivas, verbais e não verbais, podendo quebrar os objetos que vem pela frente, podendo machucar e ferir a si e aos outros;
- Fala ou faz algo “estranho”, como tocar nas pessoas que não conhece, andar sem roupa entre outros;
- Pensa, planeja algo para eliminar sua vida.

Lembre-se dos cuidados iniciais

- ✓ Verifique sua segurança e da própria vítima;
- ✓ Mantenha a calma;
- ✓ Não se aproxime da vítima, verifique a situação à distância;
- ✓ Ligue SAMU-192 São Paulo

Realize as instruções descritas:

- ✓ Não confronte a vítima (por exemplo: não fale que ela está confusa);
- ✓ Retire objetos que ofereçam riscos a vítima e a você;
- ✓ Afaste pessoas que possam irritar mais a vítima;
- ✓ Mantenha vigilância constante da vítima, mesmo que a distância;
- ✓ Faie com a vítima frases curtas;
- ✓ Mostre que você se importa, mas não fique fazendo perguntas, diga apenas que entende.
- ✓ Nunca tente segurar a vítima sozinha;
- ✓ Sempre que esteja no mesmo ambiente que a vítima, verifique como poderá sair como uma rota de fuga caso a situação se agrave.

Atenção

Caso a vítima esteja extremamente agressiva, violenta e ameaçando você, fique longe e chame a polícia militar.

Atenção

Caso a pessoa tenha problemas de saúde, reúna os últimos exames e a receita dos medicamentos que faz uso e leve junto com a vítima para a unidade de saúde.



SANGRAMENTO

O QUE FAZER?



Caso você presencie uma pessoa que está com sangramento



Fonte:<http://cbciviltaubate.blogspot.com/2015/08/hemorragia.html>

Lembre-se dos cuidados iniciais

- ✓ Verifique sua segurança e da própria vítima;
- ✓ Mantenha a calma;
- ✓ Aproxime-se da vítima;



Atenção

Se o sangramento ocorreu por causa de queda: Ligue Samu-192 São Paulo.

Realize as instruções descritas:

- ✓ Com as mãos enluvadas, não lave o local que esta sangrando;
- ✓ Cubra o local do sangramento com pano limpo, aperte e encaminhe para unidade de saúde;



Comprima o local

- ✓ Se o sangramento não parar após compressão, realize nova compressão por cima do pano sujo de sangue sem retirá-lo e realize enfaixamento;

Caso o sangramento não cesse com compressão direta, realize nova compressão.



- ✓ Caso o sangramento não pare (após comprimir por 2 vezes e enfaixar) em um dos membros, realize **torniquete*** e chame imediatamente o SAMU-192 São Paulo.
- ✓ Caso o sangramento não pare (após comprimir por 2 vezes) em qualquer local que não seja os membros , chame o SAMU-192 São Paulo e mantenha compressão até ambulância chegar, exceto a cabeça.

Se sangramento nasal espontâneo (sem nenhum tipo de trauma):

- Sente a vítima;
- Mantenha a cabeça levemente inclinada para frente e para baixo;
- Aperte a narina que está sangrando por aproximadamente 10 minutos;
- Caso o sangramento esteja nas duas narinas, peça para a vítima respirar pela boca;
- Caso o sangramento não cesse, coloque um saco de gelo envolvido com pano no local por cerca de 10 minutos;
- Não coloque nada dentro do nariz;
- Se não parar vá para unidade de saúde.

Se sangramento em nariz e/ouvido após ter batido a cabeça: Segure a cabeça e não faça nada com o sangramento do nariz e do ouvido.

TORNIQUETE*

Importante: O torniquete só é indicado quando o sangue está esguichando ou jorrando e a compressão não foi eficaz.





Vítima pálida, sonolenta ou agitada.

Sangramento sem controle mesmo realizando compressão

- ✓ **Não** aplicar torniquetes sobre áreas de articulação (cotovelos, joelhos etc).
- ✓ A colocação do torniquete na hemorragia de MMII deverá ser feita na virilha e nos MMSS na axila.



Sangramento de antebraço Esquerdo,

Torniquete deverá ser realizado na axila Esquerda.

- ✓ Um pano largo deve ser dobrado até que fique com aproximadamente 10 cm de largura.



Pano deve ter aproximadamente 10 cm de largura

- ✓ Envolve este pano, duas vezes ao redor do membro.
- ✓ Trace uma ponta da bandagem na outra.



Trace a bandagem,
mas **não dê um nó.**

- ✓ Coloque um bastão de madeira ou outro material similar (caneta, por exemplo) sobre o pano que está entrelaçado e amarre com um nó firme.



Coloque o
bastão na
bandagem que
foi entrelaçada e
em cima dele, **dê
um nó.**

- ✓ Utilize o bastão de madeira (ou algo similar) como uma manivela para rodar e apertar o pano.



Rode o lápis ate
parar o
sangramento

- ✓ Aperte o torniquete até o sangramento cessar. Uma vez controlada a hemorragia, não rode mais o bastão e mantenha-o firme no lugar.
- ✓ **Não remova** o torniquete em hipótese alguma.
- ✓ **Quando a equipe do SAMU chegar comunique o horário que você colocou.**
- ✓ Aguarde o SAMU-192 São Paulo junto com a pessoa e verifique se ela não piora, pois dependendo da quantidade de sangue que a pessoa perdeu poderá desmaiar ou o coração parar.

QUEDA / ATROPELAMENTO/ ACIDENTES /AGRESSÃO

O QUE FAZER?



192 Caso você presencie uma pessoa que tenha sofrido **queda** e/ou

- ✓ Atropelamento;
- ✓ Agressão;
- ✓ Acidente (cortes, facadas, lesão entre outros):

Ligue para SAMU-192 São Paulo

Lembre-se dos cuidados iniciais

- ✓ Verifique sua segurança e da própria vítima;

Atenção

Sua segurança é prioridade!

- Caso a vítima tenha caído: verifique ao redor da cena se há riscos para você.
- Caso a vítima tenha sido atropelada: verifique se o local não passa automóvel e não há outras questões que possam colocar você em risco (corrente elétrica, postes caídos entre outros)
- Caso a vítima tenha sido agredida e caído: verifique se o agressor já saiu do local, caso ainda esteja, ligue para Polícia Militar (190).
- Caso a agressão seja feita por animais (caninos felinos entre outros): verifique se o agressor está no local, caso ainda esteja, ligue para Corpo de Bombeiro (193).

- ✓ Mantenha a calma;
- ✓ Aproxime-se da vítima, após o local estar seguro;

Realize as instruções descritas:

- ✓ Aproxime-se da vítima, sem chamá-la, segure a cabeça e o pescoço e não largue até o SAMU-192 São Paulo chegar e assumir sua posição;
- ✓ Pergunte para vítima o que aconteceu e observe se está orientada;
- ✓ Oriente a vítima a permanecer na posição que está e avise que você ficará segurando sua cabeça e pescoço até o SAMU-192 São Paulo chegar.

Atenção

Ao segurar a cabeça da vítima, avalie se ela responde à solicitação verbal. Se não responde, verifique a respiração. Caso a pessoa **não** esteja respirando inicie as compressões no tórax (Protocolo de Parada Cardíaca)

Presença de sangramento

- ✓ Orientações fornecidas na seção sobre sangramento deverão ser seguidas, porém atente-se para o fato que vítima que apresentou queda, deverá esperar atendimento do SAMU-192 São Paulo.

Presença de ferimento

- ✓ As lesões devem ser lavadas com água e cobertas com pano limpo.
- ✓ Não passe produtos e pomadas no local.

Presença de fraturas

- ✓ Suspeita de fratura: vítima se queixa de muita dor, não consegue mexer o membro e o local apresenta inchaço.

LEMBRETE

Caso vítima com histórico de queda deverá ser imediatamente acionado o SAMU-192 São Paulo, e você deverá manter a posição da cabeça em posição neutra (segurando a com as mãos).

LESÃO NO OLHO

- ✓ Se ocorrer de algum olho ficar “pendurado”, não tente colocar para dentro.
- ✓ Se houver objeto encravado no olho ou em qualquer parte do corpo: **NUNCA REMOVA.**

Atenção!

Mordidas de animais raivosos

- ✓ Se animal conhecido: verifique se recebeu vacina antirrábica.
- ✓ Se animal desconhecido: o animal deverá ser observado por 10 dias, e caso não tenha raiva, a vítima não precisará receber nenhum tipo de tratamento.
- ✓ Se animal de rua, vítima deverá receber profilaxia contra a raiva, sendo o local indicado na Instituição de Saúde.
- ✓ Lembre ao solicitante/vítima que caso não tenha recebido antitetânica a mais de 10 anos, deverá receber também.

Atenção!

Caso você presencie uma amputação de membro, verifique o sangramento e realize os cuidados descritos na orientação de sangramento.

Caso saiba onde está o membro amputado, pegue-o e coloque em um saco plástico e mergulhe em água gelada ou gelo em outro saco, amarre o saco e entregue para o SAMU-192 São Paulo, porém se não conseguir fazer isso, informe a equipe da ambulância onde o membro está.

Caso a vítima apresente evisceração (órgãos estão pra fora da sua cavidade), não faça nada. Ligue imediatamente e aguarde o SAMU-192 São Paulo.



QUEIMADURA

O QUE FAZER?



192 Caso você presencie uma pessoa que tenha sofrido **queimadura** e apresente

- ✓ Queimaduras de face: os pêlos do nariz ou os cílios dos olhos estão queimados,
- ✓ Tosse com secreção escura,
- ✓ Queimadura com bolhas em mais de 10% do corpo (caso tenha dúvida: use a mão da própria pessoa queimada: a mão corresponde a 1% do corpo);
- ✓ Queimadura no pescoço, tórax, braços e pernas que por ser circunferencial podem inchar e dificultar a circulação:

Ligue imediatamente para SAMU-192 São Paulo

Lembre-se dos cuidados iniciais

- ✓ Verifique sua segurança e da própria vítima;

Atenção

Sua segurança é prioridade!

Caso você esteja em um local com fogo e fumaça, devido incêndio em residência ou automóvel, explosão de gás de cozinha entre outros, mantenha-se afastado e ligue para corpo de Bombeiro 193.

- ✓ Mantenha a calma;
- ✓ Aproxime-se da vítima, após o local estar seguro;

Realize as instruções descritas:

- ✓ Se houver fogo nas roupas, apague com um cobertor ou tecido grosso, caso não tenha este material peça para vítima rolar no chão.
- ✓ Resfrie a área queimada em água corrente fria por aproximadamente 10 minutos;
- ✓ Queimadura por produtos químicos: retirar todo o pó, escovando a região levemente, antes de ser resfriado com água;
- ✓ Retire as roupas e objetos (anéis, brincos, relógio entre outros) que não estão aderidas no corpo;
- ✓ Cubra as áreas queimadas com pano limpo, se possível: gazes estéreis e enfaixe o local para proteção;
- ✓ Cubra a vítima com cobertor leve.

Atenção

Se a área do corpo apresentar apenas **vermelhidão dolorosa** e não atingiu as mãos, pés, face, tórax, região genital ou pescoço encaminhe a vítima para unidade de saúde mais próxima, senão aguarde SAMU-192 São Paulo.

O QUE NÃO FAZER

- ✓ Não resfrie a vítima por muito tempo, pois a temperatura pode ficar muito baixa;
- ✓ Não perfure as bolhas;
- ✓ Não passe nada na queimadura;
- ✓ Não use gelo nas queimaduras.

QUEIMADURAS NOS OLHOS

- ✓ Lave abundantemente o canto interno para o externo do olho, com água por aproximadamente 15 minutos, cuide para que a água de um olho não atinja o outro olho;
- ✓ Não cubra os olhos.

CHOQUE ELÉTRICO

Atenção

- ✓ Vítimas que levam choque elétrico podem estar ainda recebendo a carga, verifique que ela esteja fora da corrente elétrica.
- ✓ Desligue a chave geral da casa e se aproxime da vítima.
- ✓ Caso a vítima estiver em contato com fios de alta tensão, ligue para corpo de bombeiro 193

Toda vítima queimada por choque elétrico deverá ser encaminhada para a unidade de saúde, mesmo que a queimadura tenha sido bem pequena;

Caso a vítima tenha levado choque e caído, não permita que ela se levante, segure sua cabeça e chame imediatamente o SAMU-192 São Paulo.

O CORAÇÃO PAROU?

COMO SABER? O QUE FAZER?



192 Caso você presencie uma pessoa desmaiada e que não respira (você poderá ter dúvida se esta vendo a vítima respirar considere que ela não respira):

Ligue imediatamente para SAMU-192 São Paulo e comece as compressões cardíacas.

- ✓ Coloque a vítima sobre uma superfície rígida;
- ✓ Solicite que alguém pegue um desfibrilador cardíaco (aparelho que dá choque específico para parada cardíaca);



- ✓ Fique do lado do tórax da vítima;
- ✓ Se há aparelho no local coloque conforme indicação do mesmo;



- ✓ Siga as instruções que o aparelho dará;
- ✓ Caso ele indique choque, você deve se afastar;
- ✓ O choque será dado e você deverá realizar compressões;
- ✓ Coloque sua mão dominante sobre o tórax da vítima (entre os mamilos) e a outra mão por cima;



- ✓ Comprima o tórax da vítima (5 cm aproximadamente para baixo) e deixe que o tórax retorne (isso enche o coração de sangue para jogar sangue novamente para o corpo)
- ✓ Comece a contar enquanto realiza as compressões: 1001, 1002, 1003 até chegar a 1100, pare e verifique se a vítima voltou a respirar.

Atenção

As compressões são muito cansativas, peça ajuda e troque de lugar quando sentir cansaço.

- ✓ Se vítima voltou a respirar, coloque-a virada de lado e aguarde o SAMU ao lado dela.
- ✓ Se vítima não voltou a respirar continue compressão até a ambulância chegar.



Caso não haja desfibrilador, realize as compressões da mesma forma, colocando uma mão sobre a outra no meio do tórax (entre os mamilos)

MANOBRAS DE COMPRESSÃO CARDÍACA EM CRIANÇAS E BEBÊS

Crianças menores de 1 ano e que não respiram



Fonte:<https://www.iespe.com.br/blog/rcp-em-bebes-e-criancas>

Com uma das mãos utilize dois dedos entre os mamilos e com a outra segure levemente a cabeça.

Fonte:<https://www.iespe.com.br/blog/rcp-em-bebes-e-criancas>

Com as duas mãos circule o tórax da criança e com um polegar sobre o outro realize as compressões.



Crianças maiores ou igual a 1 ano e que não respiram



Utilize uma mão na região em cima do tórax, entre os mamilos.

- ✓ 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)
- ✓ Comece a contar enquanto realiza as compressões: 1001, 1002, 1003 até chegar a 200, pare e verifique se a criança voltou a respirar.

Atenção

As compressões são muito cansativas, peça ajuda e troque de lugar quando sentir cansaço.

- ✓ Se criança voltou a respirar, coloque-a virada de lado e aguarde o SAMU ao lado dela.
- ✓ Se criança não voltou a respirar continue compressão até a ambulância chegar.

AVISO AOS PAIS

É importante vocês falarem e mostrarem para seus filhos que no celular existe uma forma para que o serviço de urgência e emergência samu-192 seja acionado por crianças, mesmo que com pouca idade ou que tenha alguma deficiência.

Mostre para as crianças ou pessoas com deficiências como devem acionar o SAMU-192 São Paulo através do aplicativo no celular. Oriente-os a acionar o serviço SEMPRE que verem um dos avós caídos no chão; quando um adulto da família está desmaiado na residência entre outros.

Ensine as crianças que quando ligarem para o serviço de urgência e emergência irão pedir o endereço do local onde ele está e que devem esperar na linha com o funcionário até chegar à ambulância do SAMU-192 São Paulo.

Caso haja na família alguém portador de alguma doença crônica, oriente as crianças à fornecerem tal informação, por exemplo: “Meu avô tem diabetes!”

Oriente seus filhos que devem usar o serviço só em casos graves que vocês pontuarem. A ligação adequada salva vidas.

REFERENCIAS CONSULTADAS

- ALVES, L.S; et al. Lombalgia no Idoso: Emergência.2018.
- 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.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Avaliação e Conduta da Epilepsia na Atenção Básica e na Urgência e Emergência. DF 2018.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Política nacional de atenção às urgências. 2003. 228p. (Série E. Legislação de Saúde).
- BRASIL. Ministério da Saúde. Política nacional de Urgências. Portaria n º 2.048, de 5 de novembro de 2002. Diário Oficial da União, Brasília, DF, Poder executivo, 12 nov. 2002.
- 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.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Acolhimento à demanda espontânea: queixas mais comuns na Atenção Básica.1º edição;1.reimpressão.2013; 290p. Cadernos de Atenção Básica n. 28, Volume II.
- 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, 2a edição, 2016.
- COORDENAÇÃO DE DESENVOLVIMENTO DE PROGRAMAS E POLÍTICAS DE SAÚDE – CODEPPS. Manual de prevenção de acidentes e Primeiros Socorros nas Escolas.2ª edição ampliada, 2007.p.129.
- Medical Priority Dispatch System. International Academy of Emergency Medical Dispatch.* Guia CQ™ v 13 , 2000-2016.
- NAEMT. PHTLS Soporte Vital de trauma Pre hospitalario, 9ª edição, Espanhol, 2019; 1245p.
- PALS. Pediatric advanced Life Suport. American Heart Association, American Academy of Pediatric, 2016.
- SECRETARIA DE SAÚDE DE SÃO PAULO (SP). Atenção à gestante e à puérpera no SUS/SP: documento da linha de cuidado da gestante e de puérpera. SP. 2017.
- SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA. Sociedade Brasileira de Hipertensão. VII Diretrizes Brasileiras de Hipertensão. Arquivo Brasileiro de Cardiologia 2016; volume 107, Nº 3,103p.

ZEFERINO, M.T., et. al Crise e Urgência em Saúde Mental: fundamentos da atenção à crise e urgência em saúde mental. 4ª Edição – Florianópolis(SC): Universidade Federal de Santa Catarina, 2015; 101p.