



# Contatos de Emergência: Os Números que Podem Salvar Vidas



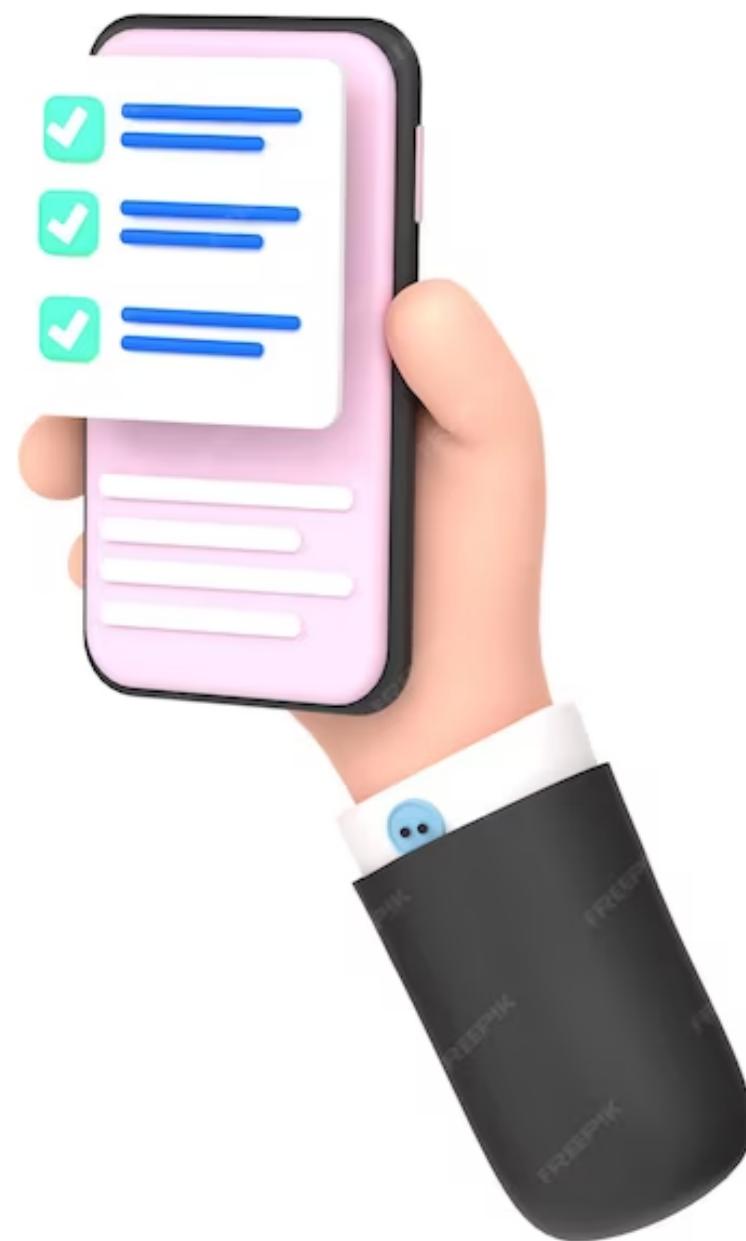
# Introdução

A programação de contatos de emergência é fundamental para garantir a segurança e a saúde das pessoas. Ter os números certos pode salvar vidas. Nesta apresentação, vamos entender a importância de ter contatos de emergência sempre atualizados.



## Quais números incluir?

Os números de emergência mais comuns são: Polícia (190), Corpo de Bombeiros (193) e Serviço de Atendimento Móvel de Urgência (192). Além desses, é importante ter o número de familiares próximos e do médico de confiança. Não se esqueça de incluir o número de emergência internacional (112).



## Como organizar os contatos?

A melhor maneira de organizar os contatos de emergência é deixá-los salvos na agenda do celular, com os nomes identificados e sempre atualizados. É importante também ter uma lista impressa em casa, em local de fácil acesso. Lembre-se de avisar seus familiares sobre a existência dessa lista.



# Situações de emergência

Algumas situações de emergência que requerem ação imediata são: parada cardiorrespiratória, engasgo, queimaduras graves, convulsões, intoxicação, entre outras. É importante saber como agir nessas situações e ter os números de emergência sempre à mão.





## Cuidados adicionais

Além de ter os contatos de emergência atualizados, é importante também ter um kit de primeiros socorros em casa e no carro. Esse kit deve conter itens básicos, como curativos, álcool em gel, tesoura, entre outros. Lembre-se de manter o kit sempre atualizado e em local de fácil acesso.

# Conclusão

Ter os contatos de emergência sempre atualizados é fundamental para garantir a segurança e a saúde das pessoas. Nesta apresentação, vimos a importância de ter os números certos à mão, como organizá-los e quais cuidados adicionais devemos ter. Lembre-se: ter os números certos pode salvar vidas.