

Informativo Cooperfertil

Cooperativa Central de Fertilizantes



Cultivando Ideias
Colhendo Qualidade



Racionamento de água e energia no Brasil em 2014: risco real?



Brasil vive um novo risco de crise energética e hídrica em 2014. Há risco de apagões e de uma eventual necessidade de racionamento de água e energia em boa parte do país. Os principais fatores ligados a essa questão são a estiagem atípica para o começo do ano, a ocorrência de um apagão que afetou cidades de várias regiões brasileiras e o fato de os reservatórios operarem muito abaixo de suas capacidades.

Página 3



FIFA WORLD CUP
Brasil

Cooperfertil Informa

- Vacinação contra HPV chega a 35% do público alvo em Campinas, SP
- Campanha de Vacinação Contra a Gripe
- Especial Copa do Mundo

Página 3



Página 2

Curiosidades

- Feriados
- Datas comemorativas do mês de Abril
- Fique por dentro

Página 2

Momento Saúde

- Epilepsia
- Insônia

Página 4

Fabrica em Foco



- Protetor Auditivo
- Tipos de protetores auditivos
- Armazenamento, utilização e higienização



- Campanha Acidente Zero

“Verifique quem foi o ganhador do mês de Abril/14”

Página 2

A Cooperfertil realizou no mês de Fevereiro treinamento sobre Primeiros Socorros para 12 colaboradores da Fábrica e Administrativo, e a partir desse mês estaremos inserindo no Informativo encarte especial com o intuito de alertar e orientar todos os nossos colaboradores sobre a importância desses procedimentos.



Estamos trabalhando há 455 dias sem acidentes de trabalho.

Nosso recorde é de 611 dias sem acidentes com afastamento.

Antes de iniciar qualquer trabalho, seja na fábrica ou em casa, lembre-se que segurança vem em 1º lugar.



Feriados

Tiradentes: O feriado de Tiradentes é comemorado devido a execução de Joaquim José da Silva Xavier em 21 de abril de 1792, que foi dentista, tropeiro, minerador, comerciante, militar e ativista, político que atuou no Brasil colonial (1530-1815), mais especificamente nas capitânicas de Minas Gerais e Rio de Janeiro. No Brasil, é reconhecido como mártir da inconfidência Mineira, patrono cívico do Brasil, patrono também das Polícias Militares dos Estados e herói nacional.

Sexta-Feira da Paixão: A Sexta-Feira Santa, ou 'Sexta-Feira da Paixão', é a Sexta-Feira antes do Domingo de Páscoa. É a data em que os cristãos lembram o julgamento, paixão, crucificação, morte e sepultura de Jesus Cristo, através de diversos ritos religiosos. Segundo a tradição cristã, a ressurreição de Cristo aconteceu no domingo seguinte ao dia 14 de Nisã, no calendário hebraico. A mesma tradição refere ser esse o terceiro dia desde a morte. Assim, contando a partir do domingo, e sabendo que o costume judaico, tal como o romano, contava o primeiro e o último dia, chega-se à sexta-feira como dia da morte de Cristo. A Sexta-feira Santa é um feriado móvel que serve de referência para outras datas. É calculado como sendo a primeira Sexta-feira após a primeira lua cheia após o início do outono no hemisfério sul ou o início da primavera no hemisfério norte, podendo ocorrer entre 20 de março e 23 de abril.

Curiosidades

Datas comemorativas no mês de Março 2014

- 01 - Dia da Mentira
- 02 - Dia Internacional do Livro Infantil
- 07 - Dia do Jornalista
- 07 - Dia Mundial da Saúde
- 08 - Dia da Nataçã
- 08 - Dia Mundial do Combate ao Câncer
- 08 - Dia Mundial da Astronomia
- 09 - Dia Nacional do Aç
- 10 - Dia da Engenharia
- 12 - Dia do Obstetra
- 13 - Dia Internacional do Beijo
- 13 - Dia do Hino Nacional Brasileiro
- 13 - Dia do Jovem
- 14 - Dia Mundial do Café
- 15 - Dia Mundial do Desenhista
- 16 - Dia Mundial da Voz
- 18 - Dia do Amigo
- 19 - Dia do Índio
- 19 - Dia do Exército Brasileiro
- 20 - Dia do Diplomata
- 21 - Tiradentes
- 21 - Dia do Metalúrgico
- 21 - Dia da Polícia Civil
- 21 - Dia da Polícia Militar
- 22 - Descobrimto do Brasil
- 22 - Dia da Terra
- 22 - Dia da Força Aérea Brasileira
- 23 - Dia de São Jorge
- 23 - Dia Mundial do Livro
- 24 - Dia Internacional do Jovem Trabalhador
- 26 - Dia de Prevenção e Combate à Hipertensão
- 28 - Dia da Educação
- 29 - Dia Internacional da Dança

Fique por dentro!!!

No mês de Abril, o dia 13, é conhecido como Dia Internacional do Beijo, o beijo pode ter vários benefícios a saúde, sendo que um beijo romântico rápido queima entre 1 e 3 calorias. Um beijo de boca aberta com contato de língua de curta duração pode queimar 5 calorias. Um beijo de um minuto pode gastar até 26 calorias. Isso é o dobro do gasto de uma corrida intensa, na subida. Beijar ajuda relaxar e a reduzir os efeitos do estresse. Durante o ato do beijo você coloca 29 músculos faciais em movimento. Em outras palavras o beijo pode ser usado como exercício eficiente para prevenir o aparecimento de rugas.

A História das Copas do Mundo

FIFA World Cup

A Copa do Mundo da FIFA é um torneio de futebol disputado a cada quatro anos em um país sede escolhido previamente. Sua primeira edição foi no Uruguai em 1930, tendo o anfitrião como campeão. Em 78 anos, apenas duas edições não foram disputadas... 1942 e 1946 devido aos estragos feitos pela II Guerra Mundial.

Sete equipes já venceram o torneio: Brasil, Itália, Alemanha, Argentina, Uruguai, França e Inglaterra. É hoje, juntamente com os Jogos Olímpicos, o maior evento esportivo da Terra. 16 países já sediaram a Copa: Uruguai, Itália, França, Brasil, Suíça, Suécia, Chile, Inglaterra, México, Alemanha, Argentina, Espanha, Estados Unidos, Coréia do Sul, Japão e África do Sul. A próximas duas Copas já estão definidas: Brasil em 2014 e Rússia em 2018.

O sonho de um campeonato mundial vem de muito antes, desde o primeiro amistoso internacional disputado em 30 de Novembro de 1872, em Glasgow, na Escócia. Um 0x0 entre os locais e a Inglaterra. Por causa do aumento de adeptos no final do século XIX, o esporte foi introduzido como esporte de demonstração nas Olimpíadas em 1900 e assim foi em 1904 e 1906, até que se tornou esporte oficial em 1908.

A FIFA em 1914 reconheceu o torneio olímpico como competição mundial e passou a organizá-lo... sendo que a primeira disputa oficial foi nos Jogos de 1924, com o Uruguai vencendo e repetindo a dose em 1928. Foi então que em 28 de Maio de 1928, a FIFA decidiu criar um campeonato mundial, a Copa do Mundo, e para celebrar o centenário da independência uruguaia e seu bicampeonato olímpico, escolheu o país como sede de sua primeira edição em 1930.



19/02/1972 - Primeira transmissão pública de TV em cores do Brasil



Fábrica em Foco

Qual a finalidade do protetor auricular? Para proteção do sistema auditivo contra níveis de pressão sonora superiores a 85 dB (A), com nível de redução de Ruído de até 17 dB (A). (NRRsf). Temos dois tipos de protetor auditivo, um do tipo circum auricular (concha) e o outro tipo inserção intra-auricular: Nome do EPI - Protetor auricular:

1 - protetor auditivo, constituído por dois abafadores de ruídos em forma de concha, montados simetricamente nas extremidades de uma haste suporte ajustável em forma de arco, adaptável a cabeça humana, permitindo que cada abafador se aplique sob pressão, aos respectivos pavilhões auriculares.

2 - confeccionado em silicone, tamanho único com três flanges concêntricas, com cordão de algodão, plástico ou silicone..

Os do tipo 1 devem ser usados por operadores de retro escavadeiras e pessoal da manutenção. Os do tipo 2 plug devem ser usados por todos os demais colaboradores da Produção. Armazenamento, Utilização e Higienização.

1 - Concha

Usar conforme manual já fornecido no treinamento auditivo.

Sempre que necessário, lave com um pano umedecido com água e sabão passando em todas as suas partes, tomando o cuidado de não lavar ou deixar cair água no elemento de espuma que se encontra dentro da concha

Enxugar com pano limpo ou papel absorvente.

Observar a compressão da haste e a vedação oferecida pela parte acolchoada para o protetor, a fim de garantir a atenuação esperada.

Após o uso guardar no armário.

Descarte: Trocar anéis de vedação a cada 4 meses

2 - Inserção

Sempre que necessário, lave o protetor com água e sabão passando com cuidado os dedos sobre as hastes e sempre de cima para baixo;

Enxugar com papel absorvente de forma delicada;

Não jogue fora a caixa de seu protetor ela serve para guardá-lo de forma eficiente.

Descarte : Trocar a cada 2 meses



Campanha Acidente Zero



Nova conquista, no último dia 05 de março, foi realizado no refeitório com a presença dos funcionários e dos senhores Carlos e Sandre o segundo sorteio de 2014 referente a campanha de Acidente Zero, após conseguirmos a marca de 424 dias sem acidentes de trabalho. Nesta data o sortudo que levou para casa o premio de meio salário mínimo (R\$ 362,00) foi o Antônio Carlos Paletta operador de Pá Carregadeira. No próximo sorteio pode ser você, utilize os EPIs, valorize a vida, tenha atitudes defensivas, previna-se e ajude seus companheiros sempre alertando para eventuais situações de risco. Parabéns ao Paletta pelo premio e a vocês por mais esta grande conquista.



Vacinação contra HPV chega a 35% do público alvo em Campinas, SP

Imunização é destinada a meninas com idade entre 11 e 13 anos. Vacina é gratuita e usada na prevenção do câncer de colo do útero. A primeira semana da campanha de vacinação contra o Papiloma Vírus Humano (HPV), em Campinas (SP), imunizou 8,5 mil meninas com idade entre 11 e 13 anos, o que representa 35% do público alvo. A meta da Secretaria de Saúde é vacinar 80% do grupo até 10 de abril. A vacina contra o HPV, que previne as mulheres do câncer de colo de útero, é injetável e aplicada em três doses. A segunda será seis meses depois da primeira e a terceira, cinco anos após a primeira dose. Para recebê-la, basta apresentar o cartão de vacinação e o documento de identidade em um dos 63 centros de saúde do município. Neste ano, será vacinado o primeiro grupo (11 a 13 anos). Em 2015, a vacina será oferecida para as meninas com idades entre 9 e 11 anos, enquanto que no ano seguinte a vacinação será apenas para as garotas de 9 anos. O HPV é um vírus que tem mais de 100 tipos diferentes, sendo que alguns provocam verrugas e outros estão ligados ao desenvolvimento de tumores. É transmitido através de relação sexual e o contágio também pode acontecer de mãe para filho, no momento do parto. Atualmente, está relacionado a infecções de região oral, genital, anal e da uretra, além de câncer de colo de útero, pênis, reto e orofaringe. Uma estimativa da Organização Mundial da Saúde (OMS) aponta que 290 milhões de mulheres no mundo são portadoras da doença. Em relação ao câncer de colo do útero, estimativas apontam que 270 mil mulheres no mundo morrem devido à doença. Neste ano, no Brasil, o Instituto Nacional do Câncer estima o surgimento de 15 mil novos casos e cerca de 4,8 mil mortes. A orientação é para que as mulheres na faixa etária dos 25 aos 64 anos façam o exame preventivo (Papanicolau) anualmente. A vacina não substitui a realização do exame preventivo e nem o uso do preservativo nas relações sexuais.



Racionamento de água e energia no Brasil em 2014: risco real?

Diante da seca incomum em todo o país e de problemas estruturais, Brasil vive um novo risco de crise energética e hídrica em 2014. O risco de apagões e de uma eventual necessidade de racionamento de água e energia em boa parte do país. Os principais fatores ligados a essa questão são a estiagem atípica para o começo do ano, a ocorrência de um apagão que afetou cidades de várias regiões brasileiras e o fato de os reservatórios operarem muito abaixo de suas capacidades. O sistema de fornecimento de energia no Brasil é essencialmente constituído por hidrelétricas. O principal problema dessa estratégia é a vulnerabilidade do sistema em períodos de estiagens atípicas, podendo provocar apagões e forçar medidas públicas de economia de energia. Em 2001, o país viveu a maior crise da história nesse setor, quando o risco de apagão foi combatido através de um intenso racionamento de energia, com o objetivo de reduzir em 20% os gastos domiciliares. Após esse período, planos de ampliação da rede de eletricidade e de fornecimento de água foram instaurados, permitindo alguns avanços nesse setor. No entanto, algumas deficiências em termos de investimentos e aplicação de projetos colocaram novamente em xeque a política energética e hídrica no país.

Segundo dados da Abiape (Associação Brasileira dos Investidores em Autoprodução de Energia), em 2013, 40% do volume de energia planejado não entrou em circulação por atrasos em projetos de transmissão e em processos de licitação. Em contrapartida, a demanda por energia cresceu em 11%. No início de fevereiro de 2014 houve um apagão que afetou o fornecimento de energia para cidades de quatro regiões diferentes, afetando um número estimado de seis milhões de pessoas. Porém, apesar do alarde que se criou em torno desse episódio, a queda de eletricidade ocorreu por uma pane no sistema de fornecimento, provavelmente causada por um raio ou por uma falha técnica. Os reservatórios de água no país passaram também por notáveis decréscimos no volume total de água, atingindo níveis considerados preocupantes. Essas quedas estão ligadas, principalmente, à falta de chuvas (com os piores índices desde 1954) e ao aumento recorde do consumo de energia. Em todos o país a situação também parece ser a mesma: problemas no fornecimento de água e risco de crise energética, mas com as possibilidades de apagão e racionamento descartadas pelo poder público. Isso porque além das hidroelétricas, existem planos emergenciais relacionados com a ativação de usinas termoelétricas, que são acionadas apenas em períodos de emergência e extrema necessidade, haja vista que o índice de poluição proporcionado por elas é maior.

Dia Mundial da Saúde

O Dia Mundial da Saúde é celebrado em 7 de Abril, data escolhida pela Organização Mundial de Saúde (OMS) quando realizou sua primeira assembleia em 1948. Esta data foi oficialmente adotada a partir de 1950.

Anualmente a OMS escolhe um tema central, que será sua prioridade na agenda internacional, para ser debatido nesse dia.

O Dia Mundial da Saúde é uma oportunidade única de alertar a sociedade civil para temas-chave na área da saúde que afetam a humanidade e desenvolver atividades com vista à promoção e bem estar das populações, assim como promover hábitos de vida saudáveis.

Os programas apresentados no Dia Mundial da Saúde prolongam-se ao longo do ano.

Dia Mundial da Saúde



07 de Abril

Campanha de Vacinação Contra a Gripe

Preocupada com a saúde dos seus colaboradores, a Cooperfertil realiza anualmente a Campanha de Vacinação Contra a Gripe, vinculada ao Programa de Promoção da Segurança, Saúde e Qualidade de Vida do Trabalhador.



A campanha de vacinação contra a gripe 2014 será no dia 14/04/2014 a partir das 07:00 horas da manhã nas dependências da empresa Cooperfertil. Os funcionários deverão apresentar o RG e a carteira de vacinação para aplicação da vacina.

Ainda liberamos aos colaboradores que querem imunizar seus familiares a usufruir dos mesmos descontos que a Cooperfertil.

Principais benefícios:

- Redução dos gastos com medicamentos em função do quadro clínico desta doença e suas complicações.
- Melhoria da imunidade individual e coletiva.

Aderir a campanha é uma forma de investir na promoção da saúde e de garantir um ambiente de trabalho saudável e produtivo.

Trabalhador imunizado é trabalhador saudável.



Dia 1
Giselle
Adriana
Pinto

Dia 09
Ithiel Parada
Junior



Dia 23
Mosart Fer-
reira da
Cunha



Dia 25
Sebastião
Santana





CARDAPIO Abril / 2014

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
31/03/2014 Bife Acebolado Batatas Fritas Alface, Chicória, Legumes Sorvete Fruta	01/04/2014 Coxa Assada Macarrão Alho e Óleo Alface, Cenoura, Chicória Bolo de Milho Fruta	02/04/2014 Tutu de Feijão, Couve Refogada Costelinha ao Forno Alface, Batata Doce, Rúcula Flan Fruta	03/04/2014 Carne Moída com Legumes Mussaka Alface, Beterraba, Tomate Pudim de Mandioca Fruta	04/04/2014 Sardinha à Dorê Torta de Frango Alface, Brócolis, Salpicão Manjar Fruta
07/04/2014 Bife à Cavalô Batatas Coradas Alface, Quiabo, Rúcula Manjar Fruta	08/04/2014 Frango Assado Repolho Refogado Alface, Abobrinha, Tomate Bolo de Cenoura Fruta	09/04/2014 Dobradinha Pastel de Carne Alface, Cebotele, Almeirão Gelatina Fruta	10/04/2014 Costela Bovina ao Forno Farofa Alface, Legumes, Agrião Torta de Banana Fruta	11/04/2014 Stroganoff de Carne Batata Palha Alface, Chicória, Beterraba Palito Manjar Fruta
14/04/2014 Carne de Panela Abobrinha Refogada Alface, Almeirão, Beterraba Bolo de Coco Fruta	15/04/2014 Bisteca Grelhada Batata Doce Frita Alface, Salpicão, Rúcula Doce de Abóbora Fruta	16/04/2014 Bife à Parmegiana Purê de Batatas Alface, Quiabo, Repolho Mousse de Limão Fruta	17/04/2014 Dourado ao Forno Legumes Refogado Alface, Beringela, Couve Flor Pudim de Pão Fruta	18/04/2014 
21/04/2014  21 DE ABRIL	22/04/2014 Isclas de Frango à Milanesa Creme de Milho Alface, Almeirão, Abobrinha Manjar Fruta	23/04/2014 Tutu de Feijão Linguiça, Ovo Frito, Couve Alface, Tomate, Beterraba Bolo de Fubá Fruta	24/04/2014 Panqueca de Carne Vagem Refogada Alface, Abobrinha, Almeirão Delícia de Banana Fruta	25/04/2014 Feijoada Couve Refogada Alface, Cebotele, Jiló Frito Curau Fruta
28/04/2014 Bife de Panela ao Molho Farofa Rica Alface, Repolho, Legumes Sorvete Fruta	29/04/2014 Frango Assado Canelone Presunto e Queijo Alface, Rúcula, Cenoura Ralada Bolo de Chocolate Fruta	30/04/2014 Carne Moída Torta de Frango Alface, Beringela, Repolho Sorvete Fruta	01/05/2014  DIA DO TRABALHO	02/05/2014 Peixe à Dorê ao Molho Tártaro Legumes Alface, Tomate, Acelga Sorvete Fruta

Momento Saúde

Epilepsia

Síndrome comum a varias doenças que se manifesta através de crises com espasmos musculares generalizados e perda temporária da consciência. Na maioria dos casos, as crises desaparecem espontaneamente, mas se repetem periodicamente.

Caso você presencie uma crise de epilepsia faça os seguintes passos:

- Apoie a cabeça do paciente para evitar traumas;
- Vire seu rosto de lado para evitar o acúmulo de saliva e impedir a asfixia;

Após a crise, não restrinja os movimentos da pessoa, ela estará confusa e sonolenta.



Posição Lateral de Segurança

Insônia

Em média, as pessoas necessitam de 8 horas diárias de sono para uma vida saudável. Na maioria dos casos, você pode minimizar dificuldades para dormir com simples mudanças no estilo de vida:

- Limite o consumo de cafeína presente em cafés, chás, refrigerantes e chocolates;
- Consulte seu médico sobre efeitos colaterais estimulantes de seus medicamentos;
- Pratique atividades físicas regularmente, mas não perto da hora de dormir;
- Tente dormir e acordar sempre no mesmo horário;
- Beba leite morno. O leite contém um aminoácido que induz o sono;
- Beba chás relaxantes, como camomila, erva-doce e erva-cidreira;
- Certifique-se de que o quarto esteja escuro, com temperatura agradável e sem ruídos;
- Escolha um colchão adequado para seu peso e altura.



No Restaurante

A mulher entra num restaurante e encontra o marido com outra: - Pode me explicar o que é isto? E ele responde: - Só pode ser azar!

Vizinhas

Vizinha: - Fernanda, você está doente? Te pergunto porque eu vi sair um médico da sua casa, esta manhã... - Olha, minha querida, ontem eu vi sair um militar da sua e nem por isso você está em guerra, não é verdade?

HORA DO CAFÉ!

Sinceridade

Uma senhora vaidosa pergunta a um senhor sincero: - Que idade o senhor me dá? - Bem... pelos cabelos, dou-lhe vinte anos, pelo olhar, dezenove, pela sua pele, dezoto, e pelo seu corpo, dezessete anos! - Hummm, mas como o senhor é lisonjeador! - Nada disso, sou sincero... agora espere, que vou fazer a soma.

Só Por Dinheiro

Num dia de muito calor, o marido sai do banho pelado, chega pra esposa e fala: - Meu bem, está muito quente...o que você acha que os vizinhos vão dizer se eu for cortar a grama assim, completamente nu? A mulher olha pra ele e responde: - Provavelmente, que eu casei com você só por dinheiro...



PRIMEIROS SOCORROS

Cooperativa Central de Fertilizantes - Cooperfertil



Durante o mês de Fevereiro/2014 a Cooperfertil realizou treinamento e reciclagem sobre PRIMEIROS SOCORROS para 12 de seus Colaboradores distribuídos entre Colaboradores que atuam na Fabrica e no Administrativo.

O objetivo foi capacitar e habilitar esses profissionais para que, no caso de necessidade, estejam preparados para dar o primeiro atendimento e posterior encaminhamento a profissionais da área de Saúde.

Mensalmente nas edições de nosso Informativo estaremos anexando encarte relativo ao tema.



O que é Primeiros Socorros?

É o atendimento prestado a uma vítima de trauma ou doença, fora do ambiente hospitalar, com o objetivo de evitar o agravamento das lesões ou até mesmo a morte e estende-se até que a vítima esteja sob cuidados médicos.

Quem presta Primeiros Socorros?

Pessoa capacitada e habilitada em técnicas de salvamento, capaz de identificar e corrigir problemas que de imediato, ameacem a vida.

EPI - Equipamento de Proteção Individual

O Equipamento de Proteção Individual - EPI é todo dispositivo ou produto, de uso individual utilizado pelo trabalhador, destinado a proteção contra riscos capazes de ameaçar a sua segurança e a sua saúde.

- ◆ Luvas de procedimentos;
- ◆ Óculos de proteção;
- ◆ Mascara facial;

Material Utilizado:

É de grande importância a escolha dos materiais a serem utilizados por você, pois serão responsáveis por uma boa estabilização da coluna cervical e uma boa ventilação, assim como a manutenção dos sinais vitais.

Local do acidente: o que verificar?

- ◆ Local esta seguro?
- ◆ Será necessário movimentar a vítima?
- ◆ Quantidade de vítimas?
- ◆ Há condições de socorro para todas as vítimas?

Análise Primária: Processo ordenado para identificar e corrigir de imediato o problema que ameaça a vida em curto prazo:

- ◆ Determinar inconsciência;
- ◆ Liberar vias aéreas;
- ◆ Checar respiração;
- ◆ Checar circulação;
- ◆ Checar grandes hemorragias;

Análise Secundária: Processo ordenado para descobrir lesões ou problemas clínicos que se não tratados poderão ameaçar a vida:

- ◆ Verificar sintomas - são as impressões transmitidas pela vítima, tais como: tontura, náusea, dores, etc.;
- ◆ Sinais vitais - pulso e respiração;
- ◆ Outros Sinais - cor e temperatura da pele, diâmetro das pupilas, etc.;

Exame Objetivo: Nele o socorrista realizara um breve exame da cabeça aos pés, utilizando-se dos sentidos do tato, visão, audição e olfato para detectar algum problema ou lesão.

Exame Subjetivo: Nesta fase o socorrista devera associar o estado da vítima com o local do acidente, obter informações da própria vítima, efetuar uma breve entrevista com pessoas que presenciaram o ocorrido ou conhecem a vítima.



Obstrução Respiratória:

Existem vários fatores que podem causar obstrução parcial ou total das vias aéreas, na área de primeiros socorros, as mais comuns são:

- ◆ Obstrução causada pela língua;
- ◆ Obstrução causada por corpos estranhos (OVACE)

Engasgamento:

Manobra de Heimlich



No caso de crianças



No caso de adultos



No Caso de obesos ou mulheres grávidas

No caso de engasgamento é contra indicado:

- ◆ Tapas nas costas
- ◆ Introduzir o dedo na garganta
- ◆ Virar a vítima de cabeça para baixo

Parada Cardiorrespiratória (PCR)

Uma vítima PCR encontra-se com ausência de respiração e batimentos cardíacos, desta forma a identificação e a recuperação devem ser feitas imediatamente ou a mesma irá sofrer lesões graves e irreversíveis.

No Momento da PCR a vítima encontra-se:

- ◆ Com ausência de movimentos respiratórios (Apneia)
- ◆ Ausência de pulso
- ◆ Cianose (cor arroxeada nos lábios)
- ◆ Inconsciente

O que fazer?

1. Coloque a vítima deitada de costas sobre uma superfície dura;
2. Coloque suas mãos sobrepostas no terço inferior do esterno ("boca do estômago")
3. Faça compressão sobre o esterno, de encontro a coluna;
4. Após recuperação dos batimentos cardíacos, leve imediatamente a vítima ao hospital.

Fazer 100 compressões torácicas, num ritmo de uma massagem por minuto contando em voz alta. Caso a vítima retorne ao seu estado normal, parar a massagem de imediato.

