

Aprenda sobre : Primeiros Socorros ②

Maneira de prestar os Primeiros Socorros

【Como realizar a Respiração Artificial】

- ① Apóie uma das mãos na testa da vítima, eleve a mandíbula com a outra mão para permitir a livre passagem de ar.
- ② Tapar as narinas com os dedos indicador e polegar.
- ③ Cobrir por inteiro a boca do paciente com a própria boca e sopre o ar 1 vez devagar levando 2 segundos.
- ④ Se o ar penetrar no pulmão sem dificuldades, sopre mais 1 vez.



Se não conseguir encher o pulmão, volte a mandíbula à posição inicial, refaça a posição de abertura das vias respiratórias e sopre novamente.

- ⑤ Após soprar 2 vezes, observe durante 10 segundos se a pessoa mostra sinais como respiração, tosse ou movimentação do corpo.
- ⑥ Se após a observação você verificar que não houve nenhuma alteração no estado da vítima, inicie imediatamente a massagem cardíaca.

【Massagem cardíaca】

- ① Coloque uma das mãos no meio dos peitos direito e esquerdo e a outra mão sobre a primeira.
- ② mantenha os cotovelos estendidos e utilize o peso do próprio corpo para aplicar uma pressão que deprima o esterno cerca de 3,5 cm a 5 cm.
Pressionar 30 vezes numa velocidade de 100 vezes/minuto.



Repetir o ritmo de 30 massagens cardíacas para cada 2 respirações artificiais até a chegada da ambulância.

