

Prevenção de Acidentes Domésticos

Educação para a Saúde



Objetivo geral

- Aquisição de competências que permitam prevenir acidentes e saber como agir em caso de acidente.



Os acidentes domésticos são a principal causa de morte até aos 18 anos.

Em 2012, as crianças até aos 14 anos foram as maiores vítimas de acidentes domésticos e de lazer. Constituem, por este motivo, um importante problema de saúde pública.



Principais causas de acidentes domésticos

Principal causa – **QUEDAS**

Seguindo-se de:

- Cortes;



- Qu



- Intoxicações.



A maioria dos acidentes deve-se a faltas de atenção por parte dos adultos.

Bastam alguns segundos de distração para que os acidentes aconteçam.



A supervisão à medida que a criança adquire novas habilidades É ESSENCIAL!



Alertar e ensinar é fundamental!



Acidentes (não só domésticos) mais frequentes de acordo com a idade

- **0-1 anos:** quedas, asfixia, engasgamento, aspiração de corpos estranhos, intoxicações, queimaduras.



- **2-4 anos:** quedas, asfixia, engasgamento, afogamento, intoxicações, choques elétricos, traumatismos.

Acidentes (não só domésticos) mais frequentes de acordo com a idade

- **5-9 anos:** quedas, atropelamentos, queimaduras, afogamentos, choques elétricos, intoxicações, traumatismos.

- **10-18 anos:** quedas, atropelamentos, afogamentos, choques elétricos, intoxicações, traumatismos.



Os dois ambientes que oferecem mais riscos dentro de uma casa são:

→ Cozinha;



→ Casa de banho.







Medidas de prevenção de acidentes domésticos



Medidas de prevenção de acidentes domésticos

Cozinha

- Guarde facas e objetos cortantes em locais pouco acessíveis;
- Não deixe tachos e panelas ao lume sem ninguém estar presente;
- Vire os cabos das frigideiras para o interior do fogão;
- Mantenha as crianças afastadas do forno devido ao risco de queimaduras.



Medidas de prevenção de acidentes domésticos

Escadas

- Devem ter corrimão de apoio e o piso não deve ser escorregadio;
- Coloque proteções e barreiras;
 - Não se esqueça de fechar as proteções e as barreiras depois de passar.



Medidas de prevenção de acidentes domésticos

Produtos de limpeza e outros tóxicos

- Guarde estes produtos fora do alcance das crianças. Existem fechos que impedem a abertura de armários e gavetas da cozinha.



Medidas de prevenção de acidentes domésticos

Medicamentos

- Devem ser guardados em lugares altos, de preferência em armários ou em caixas bem fechadas;



- Não tome os seus medicamentos em frente das crianças pois elas tendem a imitá-lo.

Medidas de prevenção de acidentes domésticos

Eletricidade e tomadas

- Instale protetores nas tomadas para evitar choques.



Medidas de prevenção de acidentes domésticos

Piscinas / Rios / Banheira

- Nunca deixe a criança sozinha perto da água;

- **SEMPRE COM SUPERVISÃO!!!**



- Coloque braçadeiras ou coletes às crianças que não sabem nadar mesmo que estejam apenas junto à piscina/rios, pois podem escorregar.

Como atuar em caso de:



Como atuar em caso de:

Quedas



1. Acalmar a vítima e observar a presença de fraturas ou hemorragia;
2. Parar hemorragia, caso seja necessário, aplicando pressão no local com um pano limpo ou compressa;
3. Lavar e aplicar gelo sobre a região afetada.

Como atuar em caso de:

Cortes

1. Fazer pressão sobre o local com um pano limpo;
2. Lavar a região com água corrente, após estancar a hemorragia;
3. Tapar a ferida com um pano limpo ou penso rápido;
4. Se apresentar algum objeto inserido na ferida não tente tirar e dirija-se ao centro de saúde ou ao hospital mais próximo.



Como atuar em caso de:

Queimaduras

1. Colocar debaixo de água fria por 5 minutos, no caso de objetos quentes, ou aplicar creme próprio, no caso de queimadura solar;
2. Em seguida proteja o ferimento com gaze ou um pano limpo;
3. Nunca furar as bolhas que possam surgir na pele queimada.



Como atuar em caso de:

Intoxicação ou envenenamento

1. Chamar assistência médica de imediato;
2. Identificar a fonte do envenenamento;
3. Manter-se a si e à vítima calma até à chegada da ajuda médica.



Como atuar em caso de:

Choque elétrico

1. Desligar o quadro geral de energia;
2. Afastar a vítima da fonte elétrica utilizando objetos de madeira, plástico ou borracha;
3. Deitar a vítima para evitar quedas e fraturas após o choque elétrico;
4. Chamar uma ambulância.



Como atuar em caso de:

Asfixia



1. Bater 5 vezes no meio das costas da vítima, com a mão aberta;
2. Fazer manobra de Heimlich, caso a vítima continue engasgada;
3. Chamar o 112.

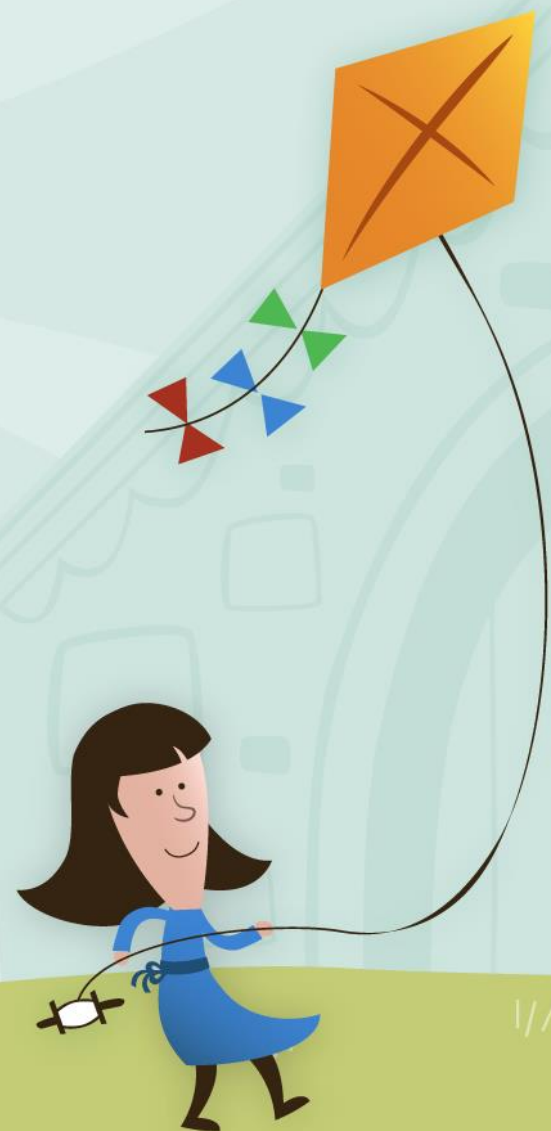




808 250 143



Obrigado pela vossa atenção!



Referências Bibliográficas

Faleiro, M. (2015). *Acidentes domésticos: aprenda a preveni-los*. Obtido a 11/03/2017, de CUF:

<https://www.saudecuf.pt/mais-saude/artigo/acidentes-domesticos-aprenda-a-preveni-los>

Reis, M. (2016). *Primeiros socorros para os 8 acidentes domésticos mais comuns*. Obtido a 10/03/2017, de

Tua Saúde: <https://www.tuasaude.com/primeiros-socorros-para-os-8-acidentes-domesticos-mais-comuns/>

Jornal de Notícias. (2013). *Acidentes domésticos continuam a ser principal causa de morte de crianças*.

Obtido a 10/03/2017, de Jornal de Notícias: [http://www.jn.pt/sociedade/interior/acidentes-domesticos-](http://www.jn.pt/sociedade/interior/acidentes-domesticos-continuum-a-ser-principal-caoa-de-morte-de-criancas-3108438.html)

[continuum-a-ser-principal-caoa-de-morte-de-criancas-3108438.html](http://www.jn.pt/sociedade/interior/acidentes-domesticos-continuum-a-ser-principal-caoa-de-morte-de-criancas-3108438.html)

