

Mala de Primeiros Socorros

Ficha 6

A mala de primeiros socorros é algo muito importante quando se pensa em preparar uma actividade escutista. Deve ser revista regularmente, para manter actualizada a validade dos seus constituintes. É importante que seja transportável e os seus componentes dispostos de forma intuitiva. Existem diversos artigos que podem fazer parte da mala de primeiros socorros, no entanto o mais importante é que todos quantos possível sejam conhecedores do seu conteúdo e saibam como utilizar e atuar.



COMO FAZER A MALA DE PRIMEIROS SOCORROS DE GRUPO?

1. Identificar apenas o que é necessário para uma primeira intervenção;
2. Por uma questão de volume e peso deve levar quantidades mínimas de artigos;
3. Caso transporte medicamentos deve trazer a respectiva guia de tratamento ou folheto informativo;
4. Deve ser colocado num espaço físico acessível, seco e arejado;
5. Deve trazer o Guia da apólice de seguro, bem como o documento para participação de sinistros;

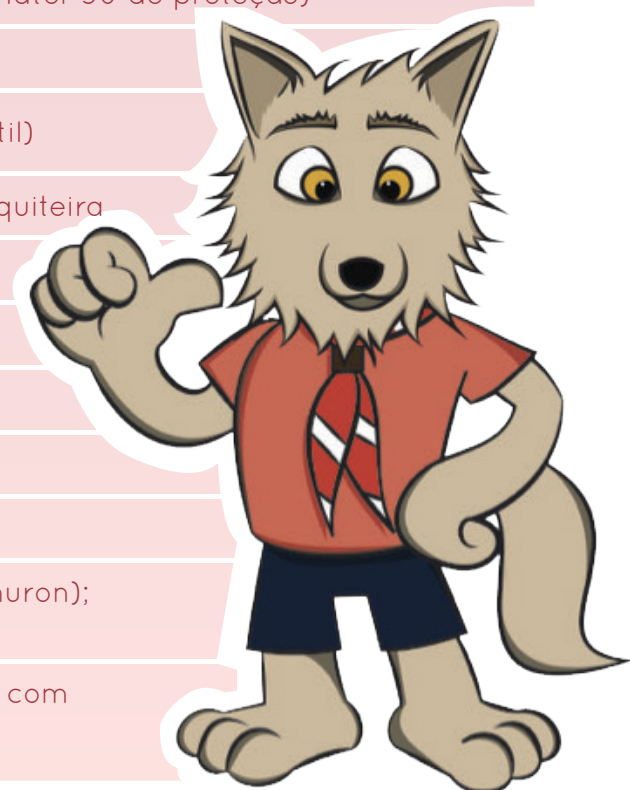
Ficha 6 Mala de Primeiros Socorros



Este exemplo colectivo, não invalida que cada elemento tenha o seu kit individual. Por outro lado a administração de medicamentos sejam quais for, nunca é isenta de riscos e se necessário ou possível devemos procurar um conselho médico especializado presencial ou por outra qualquer via (linha telefónica de saúde).

O QUE DEVES FAZER PARA FAZER A MALA DE PRIMEIROS SOCORROS?

Possíveis Ocorrências	Ação a adotar
Ferimentos	Soro fisiológico isotónico para lavagem, embalagem de 100cc; Solução desinfetante (betadine dermico) doses individuais; Ligaduras de pano elástico; Adesivo hipo alergénico; Luvas descartáveis, não esterilizáveis; Pensos rápidos, vários tamanhos; Pensos gordurosos; Pensos hemostáticos; Tesoura (suficientemente forte para cortar roupa); Pinça; Talas de madeira; Suturas adesivas; Gelo químico; Cobertor térmico; Garrote
Entorses	Tornozelos elásticos; Ligaduras elásticos
Bolhas	Pensos de silicone (ex: compeed)
Proteção solar	Creme de proteção solar (mínimo fator 30 de proteção)
Queimaduras	Creme hidratante; Biafine
Comichão, reações alérgicas	Cetirizina; Dimetindeno (ex: Fenistil)
Anti mosquitos	Repelente para insetos; Rede mosquiteira
Congestão nasal	Soro fisiológico
Obstipação	Microlax
Diarreia	Loperamida (carvão ativo)
Azia	Antiácido
Vómitos	Metoclopramida
Febre, náuseas	Termómetro; Paracetamol (ex: Benuron); Ibuprofeno (ex: Brufen)
Medicamentos específicos	Devem ser ministrados de acordo com a prescrição médica



Uma parceria com:

