

UME: DR JOSÉ CARLOS DE AZEVEDO JUNIOR

ANO: 8º _____ COMPONENTE CURRICULAR: ED. FÍSICA

PROFESSOR: EZEQUIEL VIEIRA

NOME: _____ N° _____

PERÍODO DE 22/06/2021 A 30/06/2021

PRIMEIROS SOCORROS

Na atividade anterior pudemos observar o sistema respiratório, estudamos os procedimentos para cuidar de uma pessoa, adulta e bebê, agora continuaremos tratando de primeiros socorros, ainda nos referimos aos acidentes que comprometem o sistema respiratório. O tema será afogamento.

O afogamento pode ser definido como a aspiração de líquido não corporal por submersão ou imersão. É uma fatalidade que leva muitas pessoas à morte, sendo no Brasil a segunda maior causa de morte nas idades compreendidas entre 5 e 14 anos. Anualmente mais de 7.000 brasileiros morrem por causa de afogamentos.

→ Quais são as principais causas de afogamento?

Os afogamentos são traumáticos e normalmente associados a momentos de lazer entre amigos e familiares. As causas são diversas, entretanto, relacionam-se, principalmente:

- • Falta de habilidade na natação;
- • Falta de conhecimento a respeito do local em que se nada;
- • Cansaço do nadador;
- • **Traumatismo por mergulho em águas rasas ou com pedras;**
- • Cãibras;
- • Uso de **álcool**;
- • **Problemas de saúde, como infartos e crises convulsivas.**

Analisando os fatores que levaram ao afogamento,

podemos classificá-lo em primário ou secundário. O **primário** é aquele em que não existem indícios que justifiquem o afogamento. Já o afogamento **secundário** é aquele que apresenta uma causa que impediu a vítima de se manter na superfície da água, como uso de substâncias como álcool e problemas cardíacos.

→ **Como o corpo reage em casos de afogamentos?**

É comum que, ao entrar em contato com a água, uma pessoa prenda a respiração a fim de evitar a aspiração do líquido. Com o tempo, uma pequena quantidade de água pode ser aspirada, entrar em contato com o sistema respiratório e atingir a laringe, que, por um reflexo do próprio corpo, pode contrair as vias respiratórias superiores para evitar que mais água entre no organismo. Esse reflexo ocorre em cerca de 10% dos casos e pode causar morte por asfixia (**afogamento tipo seco**).

Na maioria dos casos, no entanto, o corpo não apresenta esse reflexo. Assim, após certo momento, o corpo, que necessita de oxigênio, promove movimentos respiratórios involuntários a fim de conseguir essa importante substância. No entanto, isso causa aspiração de uma quantidade considerável de água, o que desencadeia a perda da substância que mantém os alvéolos abertos, mudanças nos capilares presentes nos pulmões e o surgimento de edema pulmonar. Esses fatores diminuem a capacidade respiratória. **O pulmão fica, então, completamente preenchido por água, ocorre perda de consciência, parada respiratória em virtude da obstrução das vias respiratórias e morte.**

→ **O que fazer em caso de afogamento?**

A primeira coisa é nunca tentar salvar a vida de outra pessoa se você não for um profissional capacitado ou um exímio nadador. No desespero do afogamento, a vítima poderá causar o afogamento da pessoa que está tentando ajudar. Diante disso, é fundamental que o resgate seja feito por pessoas capacitadas. O ideal é jogar objetos flutuantes para a vítima.

Após o incidente, é fundamental chamar a ambulância ou os bombeiros. Caso a vítima esteja

desacordada, o recomendado é realizar respiração boca a boca. Quando a pessoa se apresenta sem pulso, recomenda-se a massagem cardíaca logo após tirá-la da água e chamar ajuda médica capacitada. Quando a vítima estiver acordada, mantenha-a aquecida e deitada de lado.

→ **Prevenção de acidentes**

A principal recomendação é **conhecer suas limitações**. Adultos e crianças não devem entrar em locais perigosos e nunca desafiar a força das águas. Além disso, quando em uso de medicamentos ou de bebidas alcoólicas, o nado deve ser evitado, uma vez que ocorrem alterações no organismo que podem impedir o nado com eficiência.

As crianças merecem atenção especial. Nunca deixe uma criança sozinha próxima a banheiras, piscinas, rios e mares. Quando bebês, é importante deixá-los longe de qualquer reservatório que contenha água. Por Ma. Vanessa dos Santos

Após um afogamento, é fundamental chamar serviço capacitado para realizar a prestação de socorro

FONTE:

SANTOS, Vanessa Sardinha dos. "Afogamento"; *Brasil Escola*. Disponível em: <https://brasilecola.uol.com.br/curiosidades/afogamento.htm>. Acesso em 16 de junho de 2020.

RESPONDA:

- 1- O afogamento pode ser definido como?
 - () A aspiração de líquido não corporal por submersão ou imersão.
 - () Quebra do osso por trauma.
 - () Queimadura do tecido orgânico
 - () Engasgo por objeto estranho na garganta.

- 2- Quais são as principais causas de afogamento?
 - () Falta de habilidade na natação;
 - () Falta de habilidade na direção
 - () Falta de habilidade no voo
 - () Falta de habilidade de equilíbrio

- 3- Como o corpo reage em casos de afogamentos?
 - () ingestão de líquido para dentro do pulmão
 - () Não há ingestão de água para dentro do pulmão
 - () Não há reação do corpo
 - () Há uma alergia com o contato com água

- 4- O que fazer em caso de afogamento?
 - () Tente salvar a vida mesmo não estando capacitado
 - () Não peça socorro, tente resolver sozinho a situação
 - () Chame o socorro, peça ajuda de bombeiro
 - () Coloque gelo sobre a testa da vítima

- 5- O que devemos fazer para prevenir acidente?
 - () Não se preocupe com criança na área de piscina
 - () Não observe os limites de segurança
 - () Não tenha atenção as placas de alertas
 - () Observar os limites, e ter total atenção aos menores.