

Boletim Informativo 2: Primeiros Socorros no Local de Trabalho

INSTITUTO POLITÉCNICO DE TOMAR

Nº do Boletim: 2/2023

DATA:

1. Tema

Primeiros Socorros

2. Objetivo

É da responsabilidade do Instituto Politécnico de Tomar garantir a existência de condições para a prestação de cuidados de primeiros socorros aos funcionários e utentes sinistrados.

Considera-se “**primeiros socorros**” o atendimento de emergência prestado no local de trabalho em situação de lesão ou de doença súbita (OSHA, 2006) que ocorre antes de chegar o atendimento especializado de emergência, visando evitar/minimizar o agravamento do estado de saúde do trabalhador/utente e/ou assegurar as suas funções vitais. Este conceito engloba os procedimentos primários e simples aplicados numa emergência, e integra o processo de acionamento do pedido de socorro, comunicação e encaminhamento das situações de maior gravidade para atendimento especializado por profissionais de saúde.

Conteúdo das caixas/armários de primeiros socorros

Material	Quantidade
Ligadura suporte (5X10)	6
Ligadura elástica (4X7)	14
Rolo adesivo	1
Pensos absorventes (20X10)	10
Pensos adesivos	6
Adesivo em não tecido	7
Banda elástica em adesivo	2
Compressas em não tecido	6
Álcool etílico a 70%	1
Compressas de gaze (5X5)	10
Adesivo em banda	2
Compressas para queimaduras	3
Toalhetas desinfetantes	10
Solução anti-séptica (iodopovidona 10mL)	10
Termómetro	1
Tesoura de pontas rombas	1
Soro fisiológico	1
Pensos rápidos	12
Luvras descartáveis	3

Utilização das caixas/armários de primeiros socorros

Sempre que seja necessário, qualquer pessoa pode utilizar a caixa de primeiros socorros, sendo no entanto recomendado a sua utilização por uma pessoa com formação na área.

As caixas, como o nome indica, têm apenas material para socorrer uma pessoa que necessite de pequenos cuidados, como pequenos cortes, queimaduras ligeiras, uma entorse ligeira, contusões ligeiras, etc.

No caso de ocorrência de acidentes que sejam considerados graves (mas sem perda de consciência), o acidentado, ou qualquer pessoa que esteja na sua presença, deve contactar de imediato o **Numero Europeu de Emergência – 112**.

NÚMERO DE EMERGÊNCIA MÉDICA



Informar de forma clara:

- Localização da vítima(s);
- O que aconteceu;
- Número de vítimas;
- Situação da vítima(s);
- O que já foi feito;
- Nº de telefone para contato.

DEVE MANTER A CALMA E SEGUIR AS INSTRUÇÕES DOS PROFISSIONAIS DE SAÚDE!

Instruções:

Feridas superficiais

- Lavar as mãos;
- Usar luvas;
- Lavar a ferida com água corrente;
- Desinfetar (Solução antisséptica);
- Proteger com penso.

IMPORTANTE!

- Não retire farpas, vidros ou partículas de metal do ferimento;
- Não toque na ferida com os dedos ou materiais sujos.

Queimaduras

- Lavar as mãos;
- Usar luvas;

- Arrefecer (água corrente fria 10 a 15 min.) ou com compressas embebidas em soro fisiológico;
- Retirar cuidadosamente possíveis garrotes (anéis/cintos);
- Proteger com penso almofadado.

IMPORTANTE!

- Não aplique unguentos ou outras substâncias não apropriadas;
- Não retire corpos estranhos das lesões nem fure as “bolhas”;
- Não coloque duas superfícies queimadas em contacto;
- Não toque com as mãos na área queimada.

Localização das caixas/armários de primeiros socorros

As caixas/armários de primeiros socorros estão distribuídas pelos diferentes edifícios e laboratórios de acordo com a tabela seguinte:

Edifício	Localização da caixa / armário
B	-Sala de apoio - Piso 1 (B-269)
C/D (Residências)	-Sala de apoio
F	-Gabinete médico (F-107)
G	-Laboratório de Madeiras (G-194) -Fotografia (G-271)
H	-Sala de impressão (H-180)
I	-Gabinete Técnico (I-179)
J	-Gabinete Técnico 1 (J-178)
L	-Laboratório ensaios materiais (L-178)
N (Manutenção)	-Sala das caldeiras
ESTA (Sede)	
Tecnopolo	-Gabinete Técnico -Laboratório oficial, máquinas, ferramentas e soldadura

Contatos de emergência

	Nº telefone/ Ext.
Número Europeu de Emergência	112
Telefonista IPT Tomar	249 328 100 500
Telefonista ESTA Abrantes	241 379 500
Portaria	919 864 064
Bombeiros Tomar	249 329 140
Bombeiros Abrantes	241 360 670
Polícia de Segurança Pública Tomar	249 413 900
Polícia de Segurança Pública Abrantes	241 077 290