

Machucado bem CUIDADO

Veja como prestar os primeiros socorros em caso de pequenos acidentes. (É mais simples do que parece!)

TEXTO Sabrina Da / DESIGN Larissa Ramos

Quando se trata de pequenos acidentes domésticos, todo mundo tem uma história para contar (e muitas vezes até uma receitinha medicinal infalível). Tendo as crianças como principais vítimas, é um problema inevitável, mas que não demanda grandes dramas, uma vez que o pronto-atendimento pode ser feito em casa. Ressaltando: no caso dos pequenos acidentes. Alguns precisam, sim, de atendimento especializado. "É complicado um leigo avaliar a necessidade de ajuda médica, mas recomenda-se verificar a intensidade da dor, a vermelhidão do local, a saída de secreção e se o paciente tem febre", orienta a enfermeira Francisca Adriana da Silva Costa. A seguir, veja o que fazer nas emergências mais comuns.

CORTOU?

Cortes profundos, que sangram bastante, devem ser pressionados com um tecido limpo. "A primeira coisa a fazer é conter o sangramento com um pano ou uma toalha", comenta Francisca. Se o sangue não estancar após 15 minutos, é preciso buscar ajuda especializada e verificar a necessidade de sutura, ou seja, se precisa dar pontos no corte. Se parar de sangrar, lave o local com água e sabão neutro. E atenção para os próximos dias, quando o ferimento começa a formar "casquinhas". Uma vez que são parte do mecanismo de cicatrização, não devem ser arrancadas, por mais tentador que isso seja.

ARRANHOU?

Assim como cortes superficiais, arranhões e ralados devem ser tratados com sabão e água corrente. Isso é importante para remover qualquer resíduo que possa ter se instalado no machucado, diminuindo a chance de infecção. "Primeiro lave abundantemente com água (pode ser da torneira ou do chuveiro). Em um segundo momento, lave com soro fisiológico 1 vez ao dia (logo após o banho)", ensina a enfermeira. Dispense curativos ou esparadrapos e deixe o local arejado: isso favorece a cicatrização. Mais uma vez vale deixar as casquinhas quietas: sem elas o machucado fica desprotegido, sujeito ao ataque de bactérias. Pelo mesmo motivo, evite também coçar a região próxima ao ferimento.

SIMPLES ASSIM!

Ainda que a oferta nas prateleiras da farmácia seja grande, água e sabão são sempre a melhor opção para tratar machucados. Antissépticos ajudam a deixar os ferimentos mais secos, mas devem ser usados sob prescrição, pois podem causar alergias. Produtos como água oxigenada e iodo são utilizados apenas em caso de infecção, quando se forma uma crosta amarelada ou esverdeada.

Espádrapos e curativos só devem ser usados se o ferimento estiver em área de atrito (dobra do cotovelo, do joelho ou na sola do pé, por exemplo), já que tornam o local úmido, facilitando a proliferação de agentes infecciosos. Sem contar que a exposição acelera a cicatrização e permite que o machucado seja melhor observado: ao menor sinal de inflamação ou infecção, é só correr para o médico!



ISSO NÃO PODE!

Por mais inofensivo que pareça aquele remedinho que está sempre à disposição na caixa de primeiros socorros, nunca utilize qualquer medicamento sem ordem médica, ou seja, antes que um especialista avalie o caso. Tem um truquezinho dos tempos da vovó guardado na manga? Esqueça, especialmente em casos de queimadura. "Receitas caseiras como usar pó de café, açúcar e enxofre estão proibidas. Isso pode agravar ainda mais o ferimento", alerta a enfermeira Francisca Adriana da Silva Costa. Então, já sabe: na dúvida e na certeza, procure ajuda médica.

QUEIMOU?

Esse é assunto sério e merece cuidado especial. "Toda queimadura deve ser criteriosamente avaliada pelo especialista logo após o acidente", alerta Francisca. Deixe para tratar em casa aquelas causadas por líquidos quentes ou um esbarrão no ferro de passar ou na panela quente. Nesses casos, mais uma vez, é preciso lavar o ferimento em água corrente e manter o local arejado. Se as bolhas surgirem, não devem ser estouradas em hipótese alguma. Nem pense em aplicar substâncias como manteiga, óleo ou creme dental e só utilize pomadas sob prescrição médica.

PRENDEU?

É comum que os dedos sejam alvos (e vítimas) de portas, martelos e quinas. Quando prender ou bater qualquer parte do corpo, primeiro coloque gelo. Além de dar sensação de alívio da dor, isso reduz o inchaço. Consequência inevitável é o hematoma, a popular mancha roxa, que surge do rompimento de vários pequenos vasos de sangue no local traumatizado. "Dependendo da gravidade da queda e da extensão do hematoma, é preciso procurar um médico, mas aqueles pequenos são absorvidos pelo organismo e precisam receber apenas compressas frias no local para facilitar esse processo", comenta a enfermeira. Depois do roxo, o machucado ainda ganha tons de verde e depois amarelo até que sare completamente.

ENROSCOU?

Lascas de madeira, anzol, pedaços de arame... Alguns objetos inusitados podem prender na pele, causando dor e inflamação. Nesse caso, o ideal é mesmo correr para o pronto-atendimento. "Chamamos de corpo estranho tudo que está aderido à pele e que não faz parte de sua origem natural. Esses resíduos devem ser retirados por um especialista, pois necessitam de uma técnica específica para que sejam totalmente extraídos", orienta Francisca. Resista à tentação de utilizar pinças e agulhas, por mais simples que pareça cuidar do problema. Muitas vezes, esses objetos carregam germes e bactérias que podem piorar a situação. ●

OLHO NAS CRIANÇAS!

As vítimas mais frequentes de queimaduras domésticas são as crianças, que merecem atenção constante. Para evitar acidentes, é importante mantê-las longe do fogão enquanto estiver cozinhando e sempre supervisioná-las quando quiserem elas mesmas cozinhar. Ter cautela ao manusear líquidos quentes como café, leite e sopas também é importante. Proíba terminantemente brincadeiras com isqueiros, fósforos e produtos de limpeza, que, em geral, são inflamáveis.

Se cair, bater a cabeça e desmaiar, sentir sono, vomitar ou ficar mais agitado do que de costume, procure um médico o quanto antes!

CONSULTORIA: Francisca Adriana da Silva Costa, enfermeira de Educação Permanente e do Ambulatório de Feridas do Hospital Santa Virginia /
FOTOS: Shutterstock/Getty Images