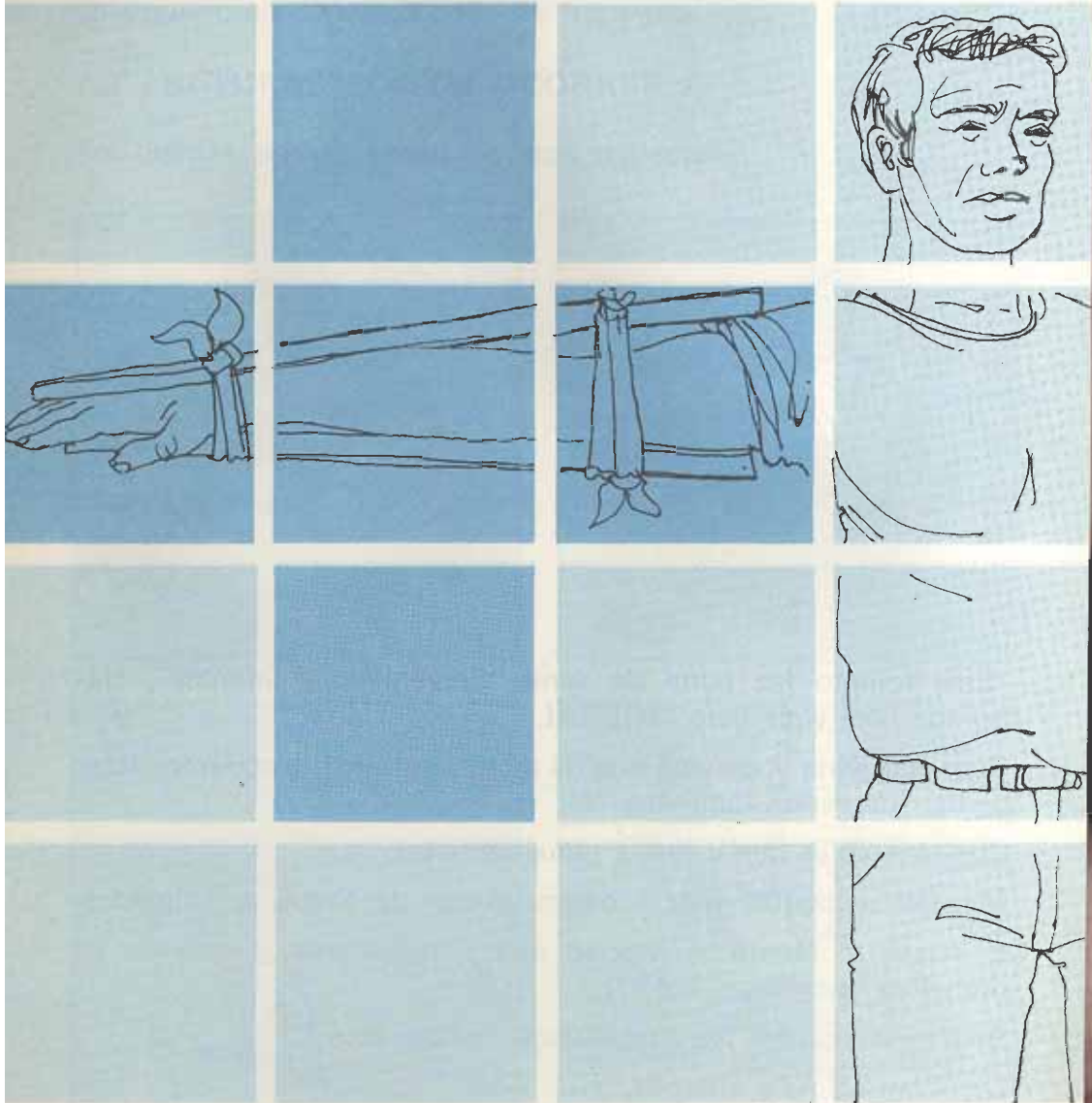


FRATURAS

FRATURAS



Prevenindo Acidentes

"Este folheto faz parte da série "Prevenindo Acidentes", elaborada para você pelo MOBREAL.

Com esta série você verá que há muitas coisas que podemos fazer para evitar vários acidentes.

Coisas simples que valem a pena ser feitas.

Mas há acidentes que ocorrem apesar de todos os cuidados.

E, nesse momento, é preciso agir corretamente, prestando os primeiros socorros.

Esta série também vai ajudar você a fazer isso.

Leia com calma e atenção.

Guarde os folhetos para quando precisar.

Mas, não se esqueça:

É melhor prevenir do que remediar".

FRATURAS

Quando uma pessoa quebra um osso, dizemos que ela sofreu uma fratura.

Qualquer osso do corpo pode ser fraturado.

AS FRATURAS PODEM OCORRER

Por quedas, por pancadas e outros acidentes.



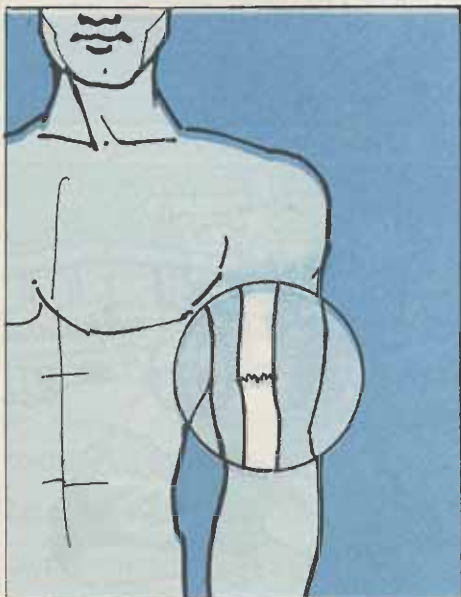
COMO PODEMOS EVITAR AS FRATURAS

Podemos evitar as fraturas, se tomarmos alguns cuidados:

- não deixar jogadas pelo chão cascas de frutas, sabão, graxa e outras coisas que escorregam.
- antes de subir em árvores, escadas de mão, cadeiras, bancos caixotes, verificar se eles aguentam o seu peso.
- não carregar coisas pesadas demais.

TIPOS DE FRATURAS

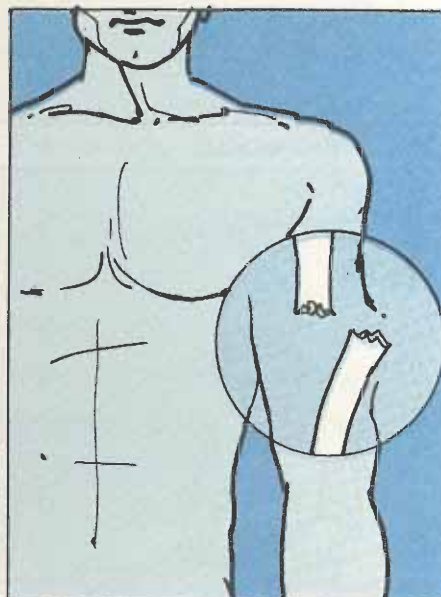
Fratura simples



A pele está inteira.

2

Fratura exposta

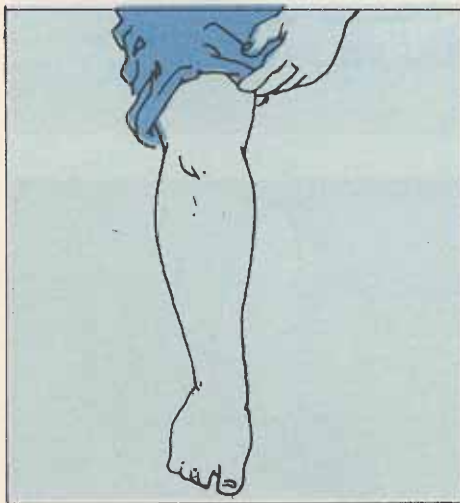


Há uma ferida mostrando o osso.

São sinais de fratura simples:

- dor no lugar machucado, que aumenta, principalmente, quando a pessoa tenta mexer a parte fraturada.
- dificuldade de movimentar a parte fraturada.
- inchação no lugar fraturado.

Qualquer fratura, se não for tratada como deve, traz perigo de sangramento, corte de nervos, de músculos e pode causar defeitos físicos.



Perna normal.



Perna em que a fratura não foi bem tratada.

Por isso, a pessoa acidentada terá que ser levada a um serviço médico, logo após receber os primeiros socorros.

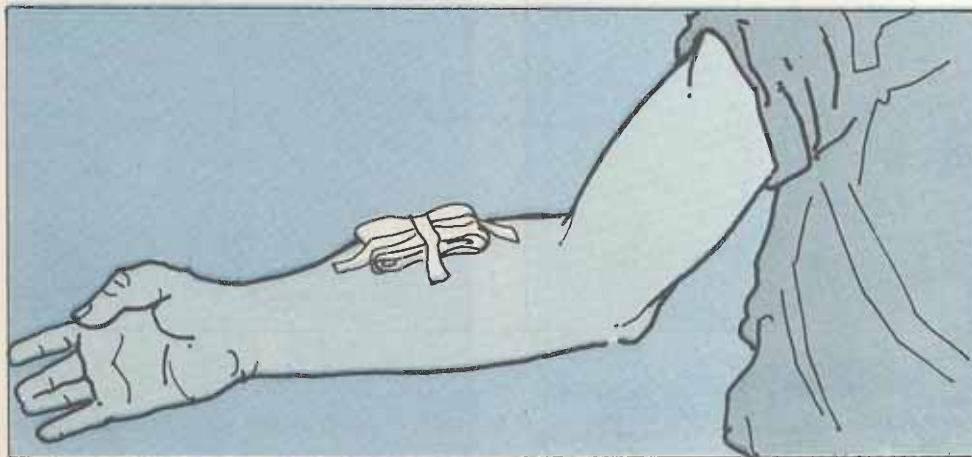
O que fazer em caso de fratura

- Em primeiro lugar, imobilizar a parte fraturada, pois a imobilização é o tratamento básico de toda fratura.
- Nunca se deve tentar “colocar o osso no lugar”.
- A imobilização deve ser feita com bastante cuidado, para não aumentar a dor nem piorar a fratura.
- Deve-se manter a pessoa em repouso.

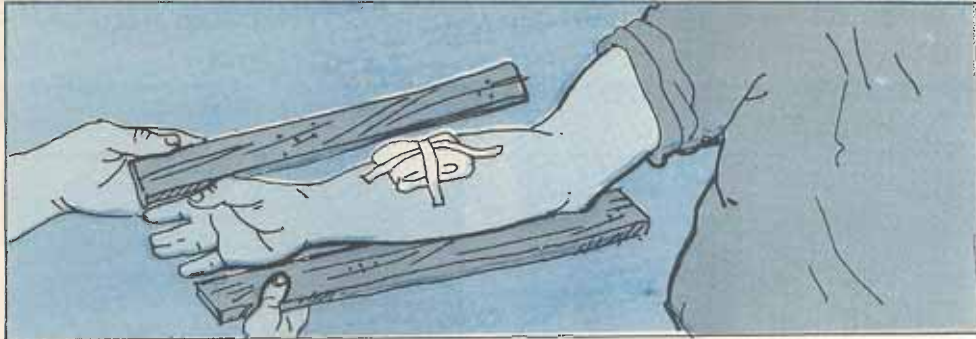
MATERIAL NECESSÁRIO PARA FAZER A IMOBILIZAÇÃO

- talas, retas e firmes, que podem ser feitas com: madeira, papelão, bambu, galhos de árvore, cabo de vassoura e jornais ou revistas dobradas.
- pano, algodão ou gaze.
- tiras de pano, de corda ou embira.

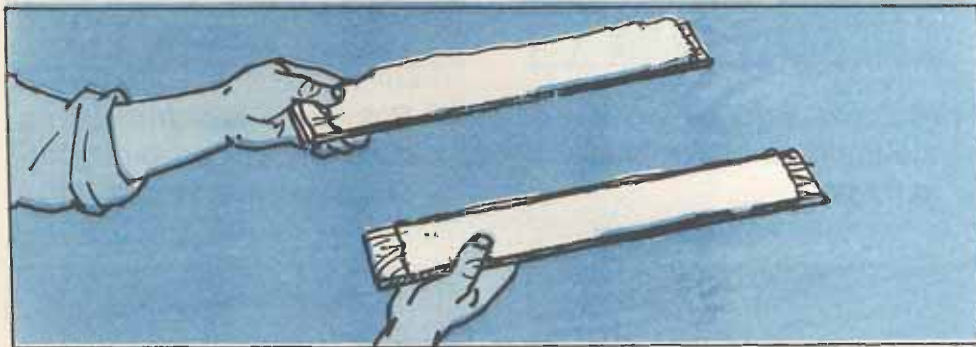
Como fazer a imobilização



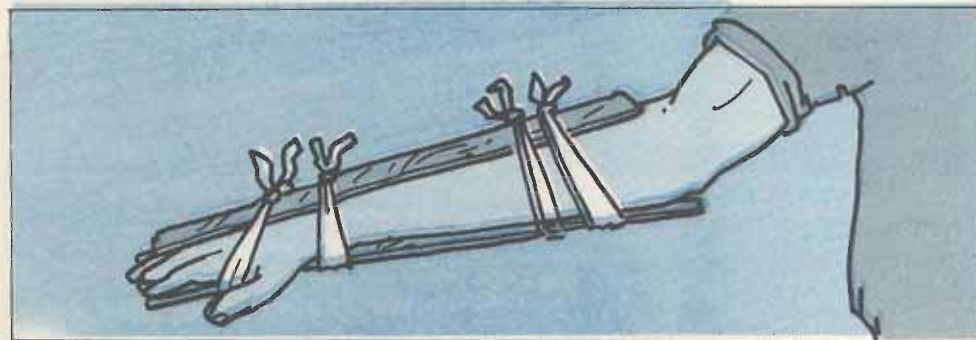
- 1) Fazer um curativo se houver ferimento no lugar da fratura.



- 2) Preparar as talas, calculando o tamanho de modo que sejam imobilizadas as duas articulações próximas à fratura.



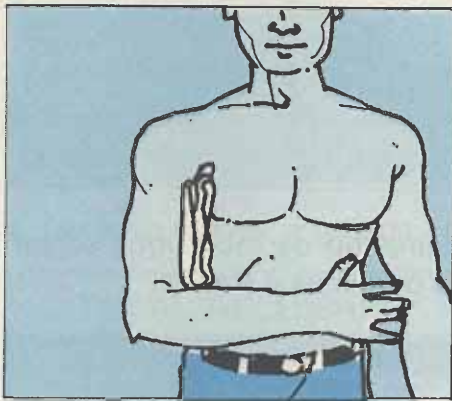
- 3) Forrar as talas com pano, algodão ou gaze para não arranhar a pele.



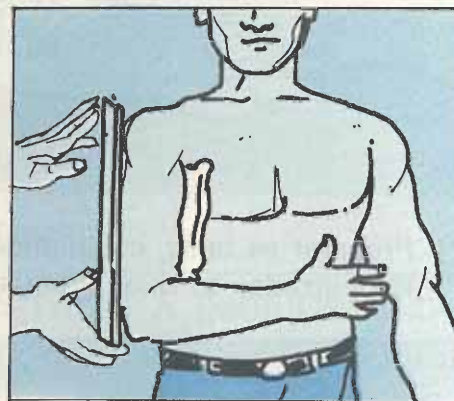
- 4) Prender as talas com tiras, amarrando, sem apertar, em 4 pontos: abaixo e acima do lugar da fratura; abaixo e acima das articulações próximas do lugar da fratura.

O modo de fazer a imobilização depende do lugar da fratura:

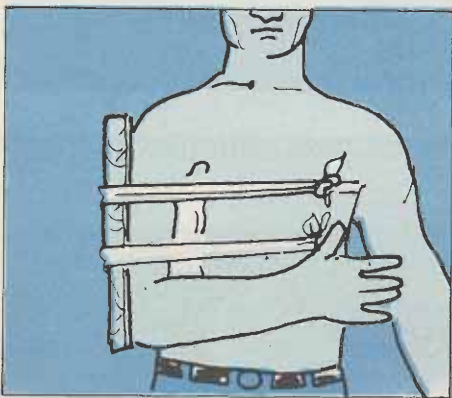
FRATURA DE BRAÇO



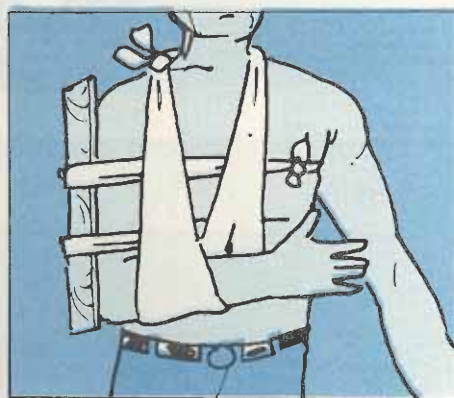
1) Colocar algodão ou pano dobrado entre o braço e o tórax.



2) Colocar a tala forrada na parte de fora do braço, do ombro ao cotovelo.



3) Prender o braço junto ao tórax, usando duas tiras.

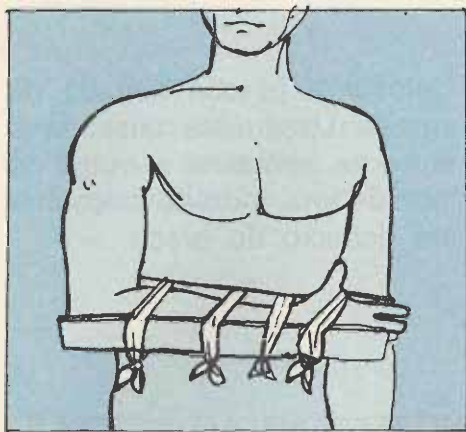


4) Apoiar o braço, usando uma tipóia.

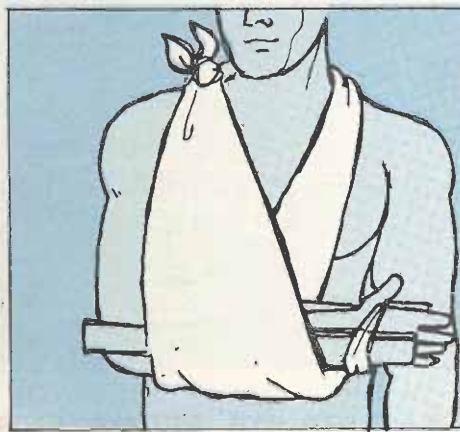
FRATURA DE CLAVÍCULA

A imobilização é feita como a de fratura de braço, sem usar a tala.

FRATURA DE ANTEBRAÇO



1) Dobrar o antebraço, mantendo o polegar voltado para cima e colocar duas talas, do cotovelo até o meio da mão.

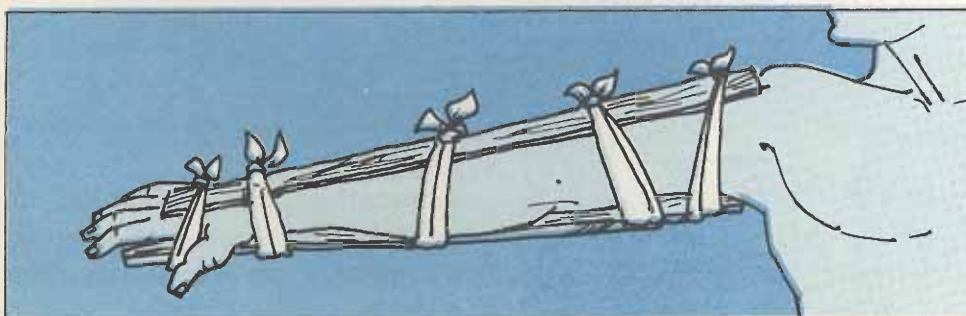


2) Depois de amarrar as talas, apoiar o braço, usando uma tipóia.

FRATURA DE PULSO E DA MÃO

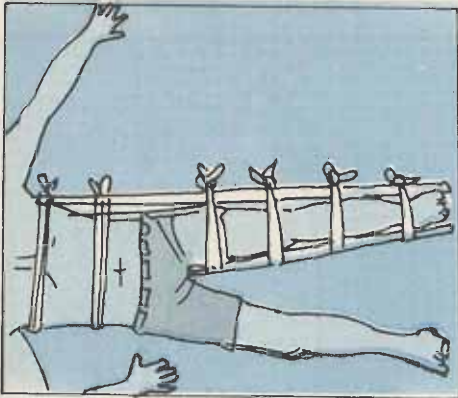
A imobilização é feita como a de fratura de antebraço.

FRATURA DE COTOVELO



Quando a fratura é no cotovelo, é preciso imobilizar o braço inteiro, do ombro até a mão.

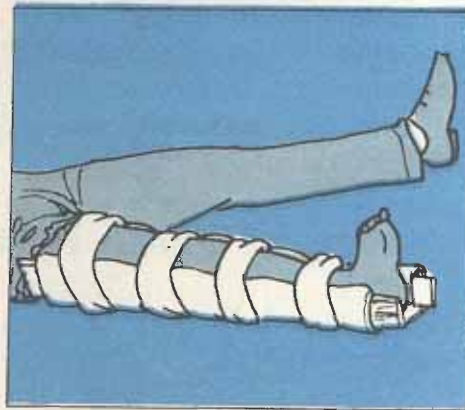
FRATURA DE COXA



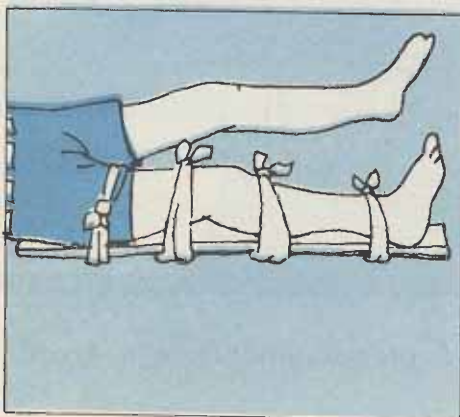
Colocar a pessoa deitada de costas. Usar duas talas: uma entre as pernas e a outra do lado de fora, indo do calcanhar até debaixo do braço.

FRATURA DA PERNA E TORNOZELO

Colocar a pessoa deitada de costas. Usar duas talas, pelo lado de dentro e de fora da perna, indo do pé até acima do joelho.



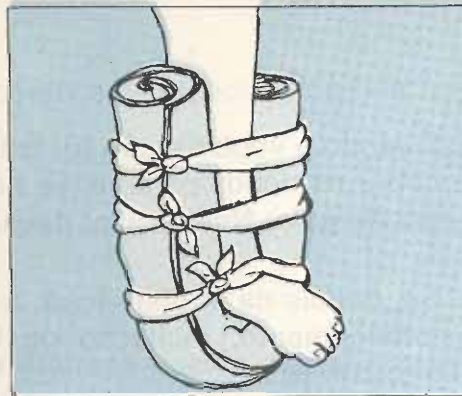
FRATURA DO JOELHO



Colocar a pessoa deitada de costas. Usar uma tala atrás da perna, do calcanhar até a coxa.

FRATURA DO PÉ

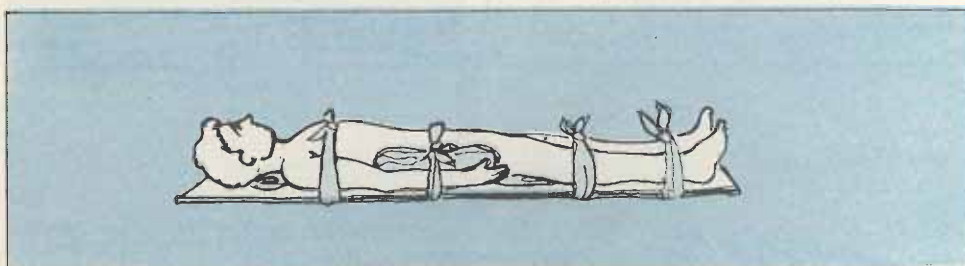
Tirar com cuidado o calçado da pessoa. Imobilizar o pé e parte da perna.



FRATURA DA BACIA E ESPINHA



- 1) Levantar a pessoa como se fosse um bloco, para evitar movimento de qualquer parte do corpo.



- 2) Manter a pessoa deitada de costas, em repouso absoluto. Usar uma padiola, (que pode ser feita com uma tábua ou porta) para transportar a pessoa ao serviço de saúde, amarrando-a para evitar que se mexa.

ALGUNS LEMBRETES IMPORTANTES

- Quando a imobilização for feita até a mão ou o pé, não se deve cobrir os dedos para ver se há inchação, calor ou alteração na cor da pele. Neste caso, deve-se afrouxar as tiras.
- Se, depois da imobilização, a pessoa se queixar de dormência, formigamento, inchação ou frieza na pele, deve-se também afrouxar as tiras.
- Se a fratura doer muito, é bom dar à pessoa uma medicação contra dor.
- A pessoa não deve mover a parte fraturada até fazer a imobilização definitiva.

Depois de fazer a imobilização provisória, a pessoa deve ser levada ao serviço médico para ser feita a imobilização definitiva.

TORCEDURAS E LUXAÇÕES

- As torceduras e as luxações acontecem quando a pessoa faz um movimento rápido e forçado.
- A dor da torcedura e da luxação é muito forte e vai aumentando pouco a pouco.
- O lugar torcido ou luxado fica inchado e com mancha roxa.

O QUE FAZER



Colocar gelo no lugar torcido ou luxado, ou um pano molhado em água fria.



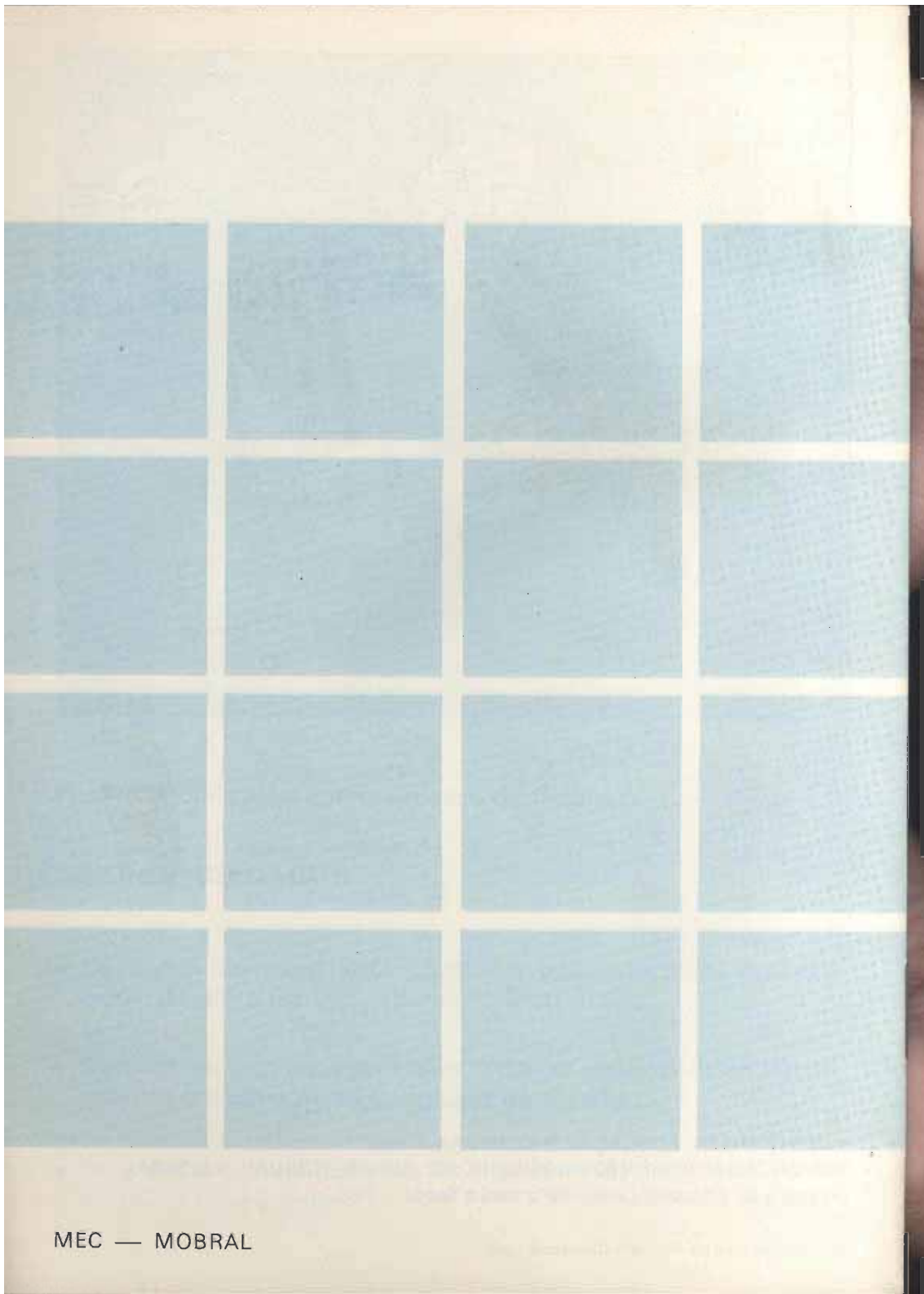
Fazer a imobilização como em caso de fratura.

OUTROS CUIDADOS

- Se a dor for muito forte, continuar passando gelo, ou pano molhado em água fria, durante 1, 2 ou 3 dias.
- Durante os primeiros três dias, não se deve colocar coisas quentes em cima do lugar torcido ou luxado.
- Se a dor continuar por mais de uma semana, procurar o posto de saúde mais próximo.

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO E CULTURA – MEC
FUNDAÇÃO MOVIMENTO BRASILEIRO DE ALFABETIZAÇÃO – MOBRAL
Programa de Educação Comunitária para a Saúde – PES

Impresso na Gráfica Portinho Cavalcanti Ltda.



MEC — MOBRAL