



# EMBU DAS ARTES - SP

CÂMARA MUNICIPAL DE EMBU DAS ARTES  
- SÃO PAULO

## Auxiliar de Serviços Gerais

**EDITAL Nº 01/2024**

CÓD: SL-167AB-24  
7908433253327

## Língua Portuguesa

1. Interpretação de texto .....	7
2. Sinônimos, antônimos, parônimos e homônimos. Sentido próprio e figurado .....	10
3. Ortografia Oficial.....	11
4. Pontuação .....	12
5. Acentuação gráfica.....	14
6. Morfologia: adjetivo, advérbio, conjunção, pronome, preposição, substantivo e verbo (classificação e emprego) .....	15
7. Concordância .....	27
8. regência verbal e nominal.....	28
9. Crase .....	31
10. Colocação pronominal .....	31

## Matemática

1. Números inteiros e racionais: operações e propriedades.....	39
2. Grandezas proporcionais. Regra de três simples e composta.....	45
3. Porcentagem. Juros simples e compostos .....	48
4. Unidades de medida .....	50
5. Equação do 1º e 2º Grau.....	54
6. Resolução de situações-problema .....	57
7. Conceitos básicos de geometria: cálculo de área e cálculo de volume .....	60
8. Tabelas e gráficos .....	64
9. Raciocínio Lógico .....	69

## Conhecimentos Específicos Auxiliar de Serviços Gerais

1. Regimento Interno (resolução nº 199, de 11 de dezembro de 2014) da Câmara Municipal de Embu das Artes .....	79
2. Lei orgânica do município de Embu das Artes/sp .....	105
3. Estatuto e o regime jurídico dos servidores públicos do município de Embu, de suas autarquias e fundações (lei complementar nº 137 de 12 de março de 2010) .....	129
4. Noções básicas de higiene: higiene pessoal e no trabalho. Noções básicas de segurança no trabalho. Equipamentos de proteção individual.....	145
5. Manuseio e utilização de ferramentas, produtos e materiais de trabalho .....	157
6. Noções de primeiros socorros .....	160
7. Qualidade no atendimento ao público .....	167
8. Relações humanas no trabalho.....	179
9. Outras questões versando sobre as atividades e atribuições específicas do cargo/função.....	182

O empregador designará, anualmente, dentre os seus representantes, o Presidente da CIPA e os empregados elegerão, dentre eles, o Vice-Presidente.

Art. 165 – Os titulares da representação dos empregados na CIPA (s) não poderão sofrer despedida arbitrária, entendendo-se como tal a que não se fundar em motivo disciplinar, técnico, econômico ou financeiro.

Parágrafo único – Ocorrendo a despedida, caberá ao empregador, em caso de reclamação à Justiça do Trabalho, comprovar a existência de qualquer dos motivos mencionados neste artigo, sob pena de ser condenado a reintegrar o empregado.

#### *Fatores que afetam a higiene e segurança do trabalho*

Dadas as especificidades de algumas atividades profissionais através da Higiene e Segurança do trabalho., as quais acarretam algum índice de perigosidade, é necessário que sobre as mesmas incidam procedimentos de segurança para que as mesmas sejam desempenhadas dentro de parâmetros de segurança para o trabalhador.

Nesse sentido, é necessário fazer desde logo um levantamento dos fatores que podem contribuir para ocorrências de acidentes, como sejam:

- Máquinas e ferramentas;
- Condições de organização;
- Condições de ambiente físico, (iluminação, calor, frio, poeiras, ruído).
- Acidentes devido a ações perigosas:
- Falta de cumprimento de ordens (não usar E.P.I.);
- Ligado à natureza do trabalho (Erros na armazenagem);
- Nos métodos de trabalho (trabalhar a ritmo anormal, manobrar empilhadores inadequadamente, distrações, brincadeiras).

#### **Fundamentos de higiene e segurança do trabalho**

É preciso mudar os hábitos e as condições de trabalho para que a higiene e a segurança no ambiente de trabalho se tornem satisfatórios.

Nessas mudanças se faz necessário resgatar o valor humano através dos processos de higiene e segurança do trabalho.

Nesse contexto, a necessidade de reconhecimento pode ser frustrada pela organização quando ela não valoriza o desempenho.

Por exemplo, quando a política de promoção é baseada nos anos de serviço e não no mérito ou, então, quando a estrutura salarial não oferece qualquer possibilidade de recompensa financeira por realização como os aumentos por mérito.

Se o ambiente enfatizar as relações distantes e impessoais entre os funcionários e se o contato social entre os mesmos for desestimulado, existirão menos chances de reconhecimento.

Conforme Arroba e James (1988) uma maneira de reconhecer os funcionários é admitir que eles têm outras preocupações além do desempenho imediato de seu serviço.

Uma outra causa da falta de reconhecimento dos funcionários na organização são os estereótipos, pois seus julgamentos não são baseados em evidências ou informações sobre a pessoa.

A partir do momento que as pessoas fazem parte de uma organização podem obter reconhecimento positivo ou negativo.

Os grupos de trabalho, por exemplo, podem satisfazer ou frustrar as necessidades de reconhecimento.

Pois, a importância do reconhecimento pela higiene e segurança do trabalho é que a partir do momento que a organização está

preocupada com a higiene e a segurança do trabalho, ele está sendo valorizado.

E quando os colaboradores percebem o fato de serem valorizados, reconhecidos isso os torna mais motivados para o trabalho.

#### **Sendo assim?**

A Segurança do Trabalho corresponde ao conjunto de ciências e tecnologias que tem por objetivo proteger o trabalhador em seu ambiente de trabalho, buscando minimizar e/ou evitar acidentes de trabalho e doenças ocupacionais. Assim, dentre as principais atividades da segurança do trabalho, podemos citar: prevenção de acidentes, promoção da saúde e prevenção de incêndios.

No Brasil, a segurança e saúde ocupacionais estão regulamentadas e descritas como Serviço Especializado em Engenharia de Segurança e em Medicina do Trabalho (SESMT), que está regulamentado em uma portaria do Ministério do Trabalho e Emprego (MTE), Norma Regulamentadora nº 4 (NR-4) e, portanto, na legislação trabalhista brasileira.

Na NR-4, está descrito como devem ser organizados os Serviços Especializados em Engenharia de Segurança e em Medicina do Trabalho, buscando diminuir os acidentes de trabalho e as doenças ocupacionais. Para alcançar esses objetivos e cumprir com suas funções, o SESMT deve ser constituído por: médico do trabalho, engenheiro de segurança do trabalho, enfermeiro do trabalho, técnico de segurança do trabalho, auxiliar de enfermagem, sendo o número de profissionais necessários determinado pelo número de trabalhadores e grau de risco.

O SESMT tem como finalidade a prevenção, e é desempenhado pelos profissionais que o compõe, abrangendo conhecimentos de engenharia de segurança e de medicina ocupacional no ambiente de trabalho, de forma a reduzir ou eliminar os riscos à saúde dos trabalhadores. Dentre as atribuições dos SESMTs, podemos citar a análise de riscos, a orientação dos trabalhadores quanto ao uso dos equipamentos de proteção individual e o registro dos acidentes de trabalho (CLT – Artigo 162, inciso 4.1|4.2|4.8.9|4.10).

#### **CONCEITO DE ACIDENTE DE TRABALHO**

Anualmente, aproximadamente 330 milhões de trabalhadores são vítimas de acidentes de trabalho em todo o mundo e 160 milhões de novos casos de doenças ocupacionais surgem, segundo dados da Organização Internacional do Trabalho (OIT). Ainda segundo a OIT, há o registro de mais de 2 milhões de mortes relacionadas aos acidentes de trabalho, das quais 1,574 milhão ocorreram por doenças ocupacionais, 355 mil por acidentes e 158 mil por acidentes de trajeto.

Segundo dados estatísticos da Previdência Social, em 2001, no Brasil, ocorreram cerca de 340 mil acidentes de trabalho, colocando-nos entre os países com maior número de acidentes de trabalho.

De acordo com o artigo 19 da Lei nº 8.213, de 1991, acidente de trabalho “é aquele que ocorre pelo exercício do trabalho a serviço da empresa, provocando lesão corporal, ou perturbação funcional, que cause perda ou redução da capacidade de trabalho, temporária ou permanente, ou ainda a morte”.

Acidente pode ser descrito como toda ocorrência não desejada que possa modificar ou pôr fim ao andamento normal de uma atividade. Em um sentido mais genérico, o conceito de acidente pode ser aplicado a acontecimentos que provocam perdas materiais, quando alguém sofre algum tipo de lesão, ou qualquer outro acontecimento que venha a provocar danos ao indivíduo que foi vitimado.

c) de 2 (dois) anos, quando não existirem normas técnicas nacionais ou internacionais, oficialmente reconhecidas, ou laboratório capacitado para realização dos ensaios, sendo que nesses casos os EPI terão sua aprovação pelo órgão nacional competente em matéria de segurança e saúde no trabalho, mediante apresentação e análise do Termo de Responsabilidade Técnica e da especificação técnica de fabricação, podendo ser renovado até dezembro de 2007, quando se expirarem os prazos concedidos (Nova redação dada pela Portaria nº 194, de 22/12/2006 - DOU DE 28/12/2006)

d) de 2 (dois) anos, renováveis por igual período, para os EPI desenvolvidos após a data da publicação desta NR, quando não existirem normas técnicas nacionais ou internacionais, oficialmente reconhecidas, ou laboratório capacitado para realização dos ensaios, caso em que os EPI serão aprovados pelo órgão nacional competente em matéria de segurança e saúde no trabalho, mediante apresentação e análise do Termo de Responsabilidade Técnica e da especificação técnica de fabricação.

**6.9.20** órgão nacional competente em matéria de segurança e saúde no trabalho, quando necessário e mediante justificativa, poderá estabelecer prazos diversos daqueles dispostos no subitem 6.9.1.

**6.9.3** Todo EPI deverá apresentar em caracteres indelíveis e bem visíveis, o nome comercial da empresa fabricante, o lote de fabricação e o número do CA, ou, no caso de EPI importado, o nome do importador, o lote de fabricação e o número do CA. (206.022-1/11)

**6.9.3.1** Na impossibilidade de cumprir o determinado no item 6.9.3, o órgão nacional competente em matéria de segurança e saúde no trabalho poderá autorizar forma alternativa de gravação, a ser proposta pelo fabricante ou importador, devendo esta constar do CA.

**6.10** Restauração, lavagem e higienização de EPI

**6.10.1** Os EPI passíveis de restauração, lavagem e higienização, serão definidos pela comissão tripartite constituída, na forma do disposto no item 6.4.1, desta NR, devendo manter as características de proteção original.

**6.11** Da competência do Ministério do Trabalho e Emprego / TEM

**6.11.1** Cabe ao órgão nacional competente em matéria de segurança e saúde no trabalho:

- a) cadastrar o fabricante ou importador de EPI;
- b) receber e examinar a documentação para emitir ou renovar o CA de EPI;
- c) estabelecer, quando necessário, os regulamentos técnicos para ensaios de EPI;
- d) emitir ou renovar o CA e o cadastro de fabricante ou importador;
- e) fiscalizar a qualidade do EPI;
- f) suspender o cadastramento da empresa fabricante ou importadora; e,
- g) cancelar o CA.

**6.11.1.1** Sempre que julgar necessário o órgão nacional competente em matéria de segurança e saúde no trabalho, poderá requisitar amostras de EPI, identificadas com o nome do fabricante e o número de referência, além de outros requisitos.

**6.11.2** Cabe ao órgão regional do MTE:

- a) fiscalizar e orientar quanto ao uso adequado e a qualidade do EPI;
- b) recolher amostras de EPI; e,

c) aplicar, na sua esfera de competência, as penalidades cabíveis pelo descumprimento desta NR.

**6.12e** Subitens (Revogados pela Portaria SIT n.º 125, de 12 de novembro de 2009)

## ANEXO I

### LISTA DE EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL

(Texto dado pela Portaria SIT n.º 25, de 15 de outubro de 2001)

#### A - EPI PARA PROTEÇÃO DA CABEÇA

##### A.1- Capacete

- a) capacete de segurança para proteção contra impactos de objetos sobre o crânio;
- b) capacete de segurança para proteção contra choques elétricos;
- c) capacete de segurança para proteção do crânio e face contra riscos provenientes de fontes geradoras de calor nos trabalhos de combate a incêndio.

##### A.2- Capuz

- a) capuz de segurança para proteção do crânio e pescoço contra riscos de origem térmica;
- b) capuz de segurança para proteção do crânio e pescoço contra respingos de produtos químicos;
- c) capuz de segurança para proteção do crânio em trabalhos onde haja risco de contato com partes giratórias ou móveis de máquinas.

#### B - EPI PARA PROTEÇÃO DOS OLHOS E FACE

##### B.1- Óculos

- a) óculos de segurança para proteção dos olhos contra impactos de partículas volantes;
- b) óculos de segurança para proteção dos olhos contra luminosidade intensa;
- c) óculos de segurança para proteção dos olhos contra radiação ultravioleta;
- d) óculos de segurança para proteção dos olhos contra radiação infravermelha;
- e) óculos de segurança para proteção dos olhos contra respingos de produtos químicos.

##### B.2- Protetor facial

- a) protetor facial de segurança para proteção da face contra impactos de partículas volantes;
- b) protetor facial de segurança para proteção da face contra respingos de produtos químicos;
- c) protetor facial de segurança para proteção da face contra radiação infravermelha;
- d) protetor facial de segurança para proteção dos olhos contra luminosidade intensa.

##### B.3- Máscara de Solda

- a) máscara de solda de segurança para proteção dos olhos e face contra impactos de partículas volantes;
- b) máscara de solda de segurança para proteção dos olhos e face contra radiação ultravioleta;
- c) máscara de solda de segurança para proteção dos olhos e face contra radiação infravermelha;
- d) máscara de solda de segurança para proteção dos olhos e face contra luminosidade intensa.

#### C - EPI PARA PROTEÇÃO AUDITIVA

CNAE (Fabricante):CCI da SRF/MF (Importador):

2 - Responsável perante o DSST / SIT:

a) Diretores:

Nome N.º da Identidade Cargo na Empresa

1  
2  
3

b) Departamento Técnico:

Nome N.º do Registro Prof.Conselho Prof./Estado

1  
2

3 - Lista de EPI fabricados:

4 - Observações:

a) Este formulário único deverá ser preenchido e atualizado, sempre que houver alteração, acompanhado de requerimento ao DSST / SIT / MTE;

b) Cópia autenticada do Contrato Social onde conste dentre os objetivos sociais da empresa, a fabricação e/ou importação de EPI.

**Nota:** As declarações anteriormente prestadas são de inteira responsabilidade do fabricante ou importador, passíveis de verificação e eventuais penalidades, facultadas em Lei.

\_\_\_\_\_, \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
Diretor ou Representante Legal

**EPC é a sigla para Equipamento de Proteção Coletiva e serve para garantir a saúde dos trabalhadores nas empresas.**

O trabalhador merece toda a proteção obrigatória para poder fazer suas atividades com tranquilidade e produzir com eficácia. Os Equipamentos de Proteção Coletiva são uma ferramenta muito importante para evitar acidentes de trabalho e garantir a saúde de todos os funcionários.

Os Equipamentos de Proteção Coletiva – EPC são dispositivos e sistemas que auxiliam na segurança do trabalhador dentro do local da empresa. Eles protegem de forma geral, atingindo todos os funcionários.

O EPC ajuda a manter todos os profissionais saudáveis e orientados sobre as medidas de segurança.



**Quais são os EPC's?**

Existem diversos tipos de EPC e eles variam de acordo com o tipo de trabalho que é exercido. Mas, podemos citar alguns exemplos para facilitar seu entendimento, como sinalização em máquinas, sinalização nos corredores de risco, proteção de partes das máquinas que podem se mover, escadas com corrimão e capelas químicas são alguns deles.

Dentre os Equipamentos de Proteção Coletiva mais comuns estão:

- Placas de Sinalização;
- Sensores de presença;
- Cavaletes;
- Fita de Sinalização;
- Chuveiro Lava-Olhos;
- Sistema de Ventilação e Exaustão;
- Proteção contra ruídos e vibrações;
- Sistema de Iluminação de Emergência.

**Vantagens dos EPC's**

Os Equipamentos de Proteção Coletiva – EPC auxiliam na diminuição de acidentes, já que mantém os colaboradores protegidos quanto aos mesmos. Eles ajudam a melhorar as condições de trabalho, possuem um custo menor do que os protetores individuais e ainda ajudam a aumentar a produtividade da empresa. Isso porque um funcionário saudável, seguro e satisfeito só rende mais.

Outra vantagem desse tipo de equipamento é que ele ajuda a proteger não só os colaboradores, mas também toda pessoa que visita a fábrica da empresa e não precisa ser trocado com tanta frequência já que sua durabilidade é maior.

**Qual a importância do EPC?**

O Brasil se encontrou em um dos primeiros lugares entre os países com maior número de acidentes de trabalho. Depois da divulgação desse dado, as coisas começaram a mudar, mesmo que ligeiramente, e os Equipamentos de Proteção Coletiva estão aí para ajudar a mudar isso.

O seu uso ajuda a diminuir expressivamente o número de acidentes, isso porque eles orientam e protegem o trabalhador durante todo o expediente.

Por mais diferente que pareça, o uso dos equipamentos de proteção ajudam a manter o colaborador motivado, porque ele se sente seguro para trabalhar e sabe que a empresa se importa com sua saúde.

**E as empresas que não usam EPC?**

O descumprimento da norma que regulamenta a segurança do trabalhador gera multas para o empregador. Essas multas vão ser de pelo menos, o descumprimento da regra obrigatória. Além disso, se ocorrer algum acidente, a empresa pode ser responsabilizada pelo ocorrido.

Se você trabalha em uma empresa que não oferece os equipamentos de segurança obrigatórios, é possível fazer denúncias ao Ministério do Trabalho ou ao sindicato da sua categoria para resolver. Dentro da própria empresa é possível também conversar com a CIPA ou o SESMT para regulamentação.

**Qual a diferença entre EPC e EPI?**

O significado de EPI é Equipamento de Proteção Individual, portanto, a diferença entre EPI e EPC é que o EPI são dispositivos que protegem cada colaborador separadamente, diferente do que protege coletivamente. Ainda, os equipamentos coletivos podem ser também sistemas e formas de proteger os colaboradores em geral.

– **Proteção pessoal:** Ao utilizar o pé de cabra, é importante utilizar equipamentos de proteção individual, como luvas de segurança e óculos de proteção, para evitar lesões nas mãos e nos olhos.

– **Posicionamento correto:** Segure o pé de cabra com uma das mãos próximo à ponta e coloque a outra mão na parte superior do cabo para maior controle e estabilidade. Mantenha uma postura firme e equilibrada, com os pés afastados na largura dos ombros.

– **Alavanque com cuidado:** Ao utilizar o pé de cabra como uma alavanca, posicione a ponta debaixo do objeto que deseja levantar ou remover. Aplique força gradualmente, usando seu peso corporal e movimentos suaves para evitar lesões ou danos excessivos.

– **Trabalhe em etapas:** Se o objeto for pesado ou estiver fixado de forma segura, é recomendado trabalhar em etapas, aplicando força gradualmente e movendo o objeto aos poucos. Isso reduz o risco de esforço excessivo e facilita o controle do movimento.

– **Manutenção adequada:** Após o uso, limpe o pé de cabra e verifique se há algum dano ou desgaste. Caso necessário, afie a ponta do pé de cabra para garantir um melhor desempenho. Armazene-o em local adequado, protegido de umidade e sujeira.

– **Pá**

Ferramenta usada para cavar, transportar e nivelar a terra. É necessário segurá-la corretamente e utilizar movimentos adequados ao cavar ou carregar materiais. Após o uso, a pá deve ser limpa e armazenada em local seco para evitar a corrosão.



**Aqui estão algumas orientações sobre o uso adequado da pá**

– **Escolha da pá adequada:** Existem diferentes tipos de pás disponíveis, cada uma projetada para fins específicos. Verifique qual é o tipo de pá mais adequado para a tarefa que você pretende realizar. Por exemplo, há pás retas para carregar materiais soltos e pás quadradas para cavar buracos ou fazer valas.

– **Postura adequada:** Ao utilizar a pá, mantenha uma postura correta para evitar lesões. Mantenha as costas retas e os pés afastados na largura dos ombros para obter equilíbrio. Flexione os joelhos ao abaixar-se para pegar ou despejar o material, evitando curvar as costas excessivamente.

– **Posicionamento das mãos:** Segure o cabo da pá firmemente com as duas mãos, mantendo uma distância confortável entre elas. Isso proporciona controle e equilíbrio ao manusear a ferramenta. Ao escavar, mantenha uma das mãos no cabo e a outra na parte superior da lâmina para aplicar força e estabilidade.

– **Movimentos adequados:** Ao cavar com a pá, use movimentos controlados, aplicando pressão gradualmente. Evite empurrar ou puxar com força excessiva, pois isso pode causar tensão muscular ou lesões nas costas. Trabalhe em pequenas quantidades de material por vez, especialmente se estiver lidando com solo compactado ou pesado.

– **Carregamento e transporte:** Quando estiver pronto para levantar o material com a pá, flexione os joelhos e use as pernas para levantar o peso, em vez de apenas as costas. Mantenha o material próximo ao seu corpo enquanto o carrega para evitar tensões desnecessárias. Se precisar transportar o material por uma distância maior, equilibre a pá no ombro ou use carrinhos ou outros dispositivos apropriados.

– **Limpeza e manutenção:** Após o uso, limpe a pá removendo qualquer excesso de material e enxágue-a se necessário. Verifique se a lâmina está intacta e bem fixada ao cabo. Armazene-a em local seco e protegido para evitar corrosão ou danos.

– **Lima**

Utilizada para desbastar, afinar ou dar forma a materiais como metal, madeira ou plástico. É importante utilizar a lima correta para cada tipo de trabalho e manter sua superfície limpa para evitar o acúmulo de resíduos.



**Aqui estão algumas orientações sobre o uso adequado da lima**

– **Escolha da lima adequada:** Existem diferentes tipos de limas, cada uma projetada para uma finalidade específica. Alguns exemplos comuns incluem a lima chata, a lima meia-cana, a lima triangular e a lima redonda. Verifique qual é o tipo de lima mais adequado para a tarefa que você pretende realizar.

– **Fixação da lima:** Antes de utilizar a lima, verifique se ela está devidamente fixada em uma empunhadura ou cabo. Certifique-se de que a lima esteja firme e segura, para evitar acidentes durante o uso.

– **Segurança pessoal:** Utilize equipamentos de proteção individual, como óculos de segurança e luvas, para proteger seus olhos e mãos durante o trabalho com a lima. Esses acessórios são importantes para evitar possíveis lesões causadas por lascas, partículas metálicas ou pelo contato direto com a superfície a ser limada.

– **Movimentos adequados:** Ao utilizar a lima, mantenha uma pressão constante e uniforme sobre a superfície a ser limada. Realize movimentos unidirecionais, sempre no mesmo sentido, para obter um desgaste uniforme e um acabamento preciso. Evite movimentos de vaivém, pois isso pode danificar a superfície e prejudicar o resultado final.

– **Controle da pressão:** Aplique a pressão adequada durante o uso da lima. Evite pressionar demais, pois isso pode causar desgaste excessivo e danificar a peça. Por outro lado, pressionar muito pouco pode resultar em um desbaste insuficiente. Mantenha um equilíbrio para obter os melhores resultados.

**NOÇÕES DE PRIMEIROS SOCORROS**

Qualquer pessoa pode estar sujeita a acidentes. Desde os mais leves, como um pequeno corte no dedo, até os mais sérios, como, engasgos, atropelamentos e até picadas de insetos venenosos. Para todos os casos, o mais importante, inicialmente, é identificar a gravidade de cada situação.

Há casos cuja gravidade é tão acentuada, que é necessário um socorro médico imediato. Porém, até mesmo em situações assim, é possível prestar um atendimento inicial (mesmo que você não seja da área de saúde), enquanto o paciente espera o socorro médico. Essa forma de medida inicial é chamada de primeiros socorros.

As noções básicas de primeiros socorros podem abranger diversos tipos e formas de acidentes. Entretanto, alguns casos são tão comuns e simples de resolver, ou, pelo menos, amenizar, que, vale à pena, observar para aprender como lidar com cada ocasião.

**Ferimentos**

Antes de começar a tratar de um ferimento, lave bem as mãos com água e sabão e, se tiver como, utilize uma luva. Lave o ferimento com água comum e, então, use água oxigenada para desinfetar. Se houver presença de algum corpo estranho, por exemplo, vidro, metal e outros, tente removê-lo com uma pinça, se for de pequeno tamanho. Se for grande, é melhor esperar o médico.

Após desinfetar, seque com algodão limpo e, depois, aplique um produto antisséptico. Caso o ferimento seja pequeno, um Band-Aid pode ajudar. Porém, se o ferimento for maior, é mais seguro usar gaze esterilizada, presa com esparadrapo.

**Entorses**

Os ossos que constituem nosso esqueleto são unidos através dos músculos que possuímos. Porém, as superfícies de contato são unidas por meio dos ligamentos. Uma pessoa que é vítima de entorse sente dor intensa na articulação afetada, podendo haver, também, a presença de edema (inchaço).

A pessoa que irá prestar o socorro a uma vítima de entorse deve, em primeiro lugar, imobilizar a articulação, fazendo compressas frias no local, antes da imobilização definitiva, feita por um paramédico. Enquanto o socorro médico está a caminho, pode-se usar de lenços ou mesmo ataduras para que o paciente fique imóvel.

**Desmaios**

O desmaio ocorre quando há falta de oxigenação cerebral. De forma quase que instantânea, o cérebro reage por meio de sintomas como, fraqueza, queda do corpo e perda de consciência. Geralmente, os desmaios acontecem por conta de descuidos como, falta de alimentação, emoção súbita, calor excessivo, mudanças bruscas de posição, e outros.

Para os casos de desmaio, é muito importante observar se a pessoa está consciente ou não. Caso esteja, devemos abaixar a cabeça da vítima e fazer leve pressão na nuca para baixo, a fim de facilitar o retorno venoso. Caso ela esteja inconsciente, deite-a em lugar seguro, se possível, colocando suas pernas para cima, e então chame o socorro médico.

**Ingestão acidental de produtos químicos**

Esse tipo de acidente é bastante frequente, principalmente em crianças. Quanto a isso, levando em conta a intoxicação, é importante que seja observado: o tipo de substância, o tempo de exposição (quanto mais tempo, pior), a concentração do produto (quanto mais concentrado estiver o produto, mais mal pode fazer a vítima), a natureza e o nível de toxicidade da substância.

Em casos de envenenamento por meio de ingestão de produtos químicos, a procura por socorro médico deve ser imediata. Porém, como medida inicial, é muito importante saber que: não podemos provocar vômito na pessoa envenenada; devemos levá-la ao pronto-socorro, trazendo consigo uma embalagem do produto para mostrar ao médico; e, por último, limitar os movimentos da vítima, se possível, deixando-a deitada.

Existem muitos outros casos de acidentes cuja gravidade pode ser diminuída por meio das noções de primeiro atendimento. Atitudes como essas podem salvar vidas, por isso, é importantíssimo que qualquer pessoa procure se instruir sobre essas pequenas, mas importantes, medidas de prevenção. (Por Alan Lima)

O objetivo dos Primeiros Socorros é de manter o paciente com vida ou até a chegada de socorro médico apropriado ou até que o ferido chegue até um local onde possa ser dado o devido atendimento. É importante mencionar que a prestação de primeiros socorros não deve ser um ato que comprometa a sua vida ou a vida do paciente e, logicamente, não exclui a importância de um médico.

**Ferimentos**

Limpe as mãos com água e sabão, se possível utilize uma luva. Lave o ferimento com água, desinfete com água oxigenada. Se houver algum corpo estranho (caco de vidro, farpa, espinho, etc.) remova-o com a pinça apenas se o objeto foi pequeno e se puder fazê-lo com facilidade, se não, deixe esta tarefa para o médico. Depois da aplicação de água oxigenada, seque o ferimento com um pouco de algodão e aplique um antisséptico (Povidine, por exemplo). Se o ferimento for pequeno cubra com um Band-Aid, se for maior coloque uma atadura de gaze esterilizada e prenda com esparadrapo.

**Temperatura**

A temperatura é o grau do calor que o corpo possui. Quando a temperatura de uma pessoa está alta (o normal está entre 36,5 e 37 graus centígrados), dizemos que ela está com febre. A febre, em si mesma, não é uma doença, mas pode ser o sinal de alguma doença. Pode-se identificar vários sintomas de febre: Sensação de frio; Mal-estar geral; Respiração rápida; Rubor de face; Sede; Olhos brilhantes e lacrimejantes ou Pele quente. A febre alta é perigosa, pois pode provocar delírios e convulsões. Quando uma pessoa tiver febre, podem-se tomar as providências a seguir.

Se estiver acamada, retire o lençol ou cobertor. Se for criança pequena, desagasalhe-a, deixando apenas roupa leve até que a temperatura chegue ao normal. Ofereça líquidos à vítima. Toda pessoa com febre deve beber bastante líquido, como sucos. É importante saber quando a febre começa, quanto tempo ela dura e como acaba, para melhor informar ao médico. Ponha panos molhados com água e álcool (meio a meio) sobre o peito e a testa. Troque-os com frequência, para mantê-los frios, e continue fazendo isso até que a febre abaixe. Se houver condições, dê um banho morno prolongado, em bacia, banheira ou chuveiro.

— **Insolação**

Pode manifestar-se de diversas maneiras: subitamente, quando a pessoa cai desacordado, maneando a pulsação e a respiração; ou após o aparecimento de sintomas e sinais como tonturas, enjoos, dor de cabeça, pele seca e quente, rosto avermelhado, febre alta, pulso rápido e respiração difícil.

Os sintomas e sinais de insolação nem sempre aparecem ao mesmo tempo. Normalmente podemos verificar apenas alguns. O importante então é que você saiba exatamente o que fazer no caso de uma pessoa passar muito tempo exposta ao sol e apresentar algum sinal de insolação.

Enquanto você aguarda o socorro médico, procure colocar a vítima à sombra, fazer compressas frias sobre a sua cabeça e envolver seu corpo em toalhas molhadas. Isso é feito para baixar a temperatura. Em seguida deite a pessoa de costas, apoiando a cabeça e os ombros para que fiquem mais altos que resto do corpo.

O ideal é que a temperatura desça lentamente, para que não ocorra o colapso, próprio de quedas bruscas de temperatura. Após ter prestado os primeiros socorros, deve se procura ajuda médica, com urgência.

— **Queimaduras**

Denomina-se queimadura toda e qualquer lesão ocasionada no organismo humano pela ação curta ou prolongada de temperaturas extremas sobre o corpo humano. As queimaduras podem ser superficiais ou profundas e é possível dividi-las em diferentes tipos, de acordo com a gravidade.

A gravidade de uma queimadura não se mede somente pelo grau de lesão, mas também pela extensão da área atingida. São consideradas grandes queimaduras aquelas que atingem mais de 15% do corpo, no caso de adultos.

Para crianças de até 10 anos, são considerados grandes queimaduras aquelas que atingem mais de 10% do corpo. Para avaliar melhor a gravidade de uma queimadura, você pode adotar a tabela abaixo Cabeça 9% Pescoço 1% Tórax e abdômen, inclusive órgãos genitais 18% Costas e região lombar 18% Membro superior direito (braço) 9% Membro superior esquerdo (braço) 9% Membro inferior direito (perna) 18% Membro inferior esquerdo (perna) 18%.

Se o socorrista souber classificar uma grande queimadura e encaminhar a vítima para um pronto socorro, já será de grande valia. Vamos conhecer e especificar cada caso e saber como agir em cada um deles.

Os primeiros socorros dependem muito da extensão e causa do ferimento, pequenas queimaduras podem ser colocadas sob água corrente apenas, em nenhum caso o uso de óleos ou pomadas não é recomendado. Também não se deve furar bolhas e, em acidentes automobilísticos, não se deve dar nenhum líquido sem antes avaliar outras possíveis lesões.

**Queimadura por fogo**

Quando a queimadura for causada por fogo e as roupas estiverem se incendiando, a primeira providência é, naturalmente, apagar o fogo. Dependendo do local do acidente e dos recursos disponíveis, de imediato pode-se usar um cobertor para sufocar as chamas ou rolar a vítima no chão. Se as queimaduras atingirem o tórax, abdômen ou costas, pode-se jogar água fria sobre as feridas, para aliviar as dores. Em seguida, remover a vítima para um hospital. Se a vítima estiver consciente, dê-lhe bastante líquido para beber: água, chá ou sucos. Anime-a e tranquilize-a.

**Queimaduras por substâncias químicas (tintas, ácidos, detergentes e etc.)**

Antes de cuidar dos ferimentos, é preciso verificar se a substância química não reage com água ao invés de ser dissolvida por ela, só neste último caso é que molhamos todas as peças de roupa que estejam impregnadas pela substância para remove-las sem causar maiores danos. Isso porque o contato com a roupa pode gerar novas queimaduras.

Depois, devemos lavar o local queimado com água em abundância, durante 10 a 15 minutos, para que não reste qualquer resíduo da substância química e, em seguida, proteger as feridas com gaze ou pano limpo.

A queimadura nos olhos é um caso muito especial. A ação deve ser rápida, para evitar a perda parcial o total da visão. Neste caso, devemos lavar o olho da vítima com bastante água. Depois que a ferida estiver limpa, deve-se colocar sobre ela um curativo de gaze ou pano limpo.

— **Corpos Estranhos**

Pequenas partículas de poeira, carvão, areia ou limalha, grãos diversos, sementes ou pequenos insetos (mosquitos, formigas, mosca, besouros, etc.), podem penetrar nos olhos, no nariz ou nos ouvidos. Se isso ocorrer, tome os seguintes cuidados:

Olhos: Nunca esfregue o olho, não tente retirar corpos estranhos no globo ocular. Primeiras providências Faça a vítima fechar os olhos para permitir que as lágrimas lavem e removam o corpo estranho.

Se o processo falhar, lave bem as mãos e adote as seguintes providências: pegue a pálpebra superior e puxe para baixo, sobre a pálpebra inferior, para deslocar a partícula; Irrigue o olho com água limpa, de preferência usando conta-gotas peça à vítima para pestanejar. Se, ainda assim não resolver passe às terceiras providências: Puxe para baixo a pálpebra inferior, revirando para cima a pálpebra superior, descoberto o corpo estranho, tente retirá-lo com cuidados, tocando-o de leve com a ponta úmida de um lenço limpo.

SE O CISCO ESTIVER SOBRE O GLOBO OCULAR, NÃO TENDE RETIRÁ-LO. COLOQUE UMA COMPRESSA OU PANO LIMPO E LEVE A VÍTIMA AO MÉDICO. OS MESMOS CUIDADOS DEVE, SER TOMADOS QUANDO SE TRATAR DE CORPO ESTRANHO ENCRAVADO NO OLHO.

Nariz: Comprima com dedo a narina não obstruída. Com a boca fechada tente expelir o ar pela narina em que se encontra o corpo estranho. Não permita que a vítima assoe com violência. Não introduza instrumentos na narina (arame, palito, grampo, pinça etc.). Eles poderão causar complicações. Se o corpo estranho não puder ser retirado com facilidade, procure um medico imediatamente.

Ouvidos: Não introduza no ouvido nenhum instrumento (ex.: arame, palito, grampo, pinça, alfinete), seja qual for a natureza do corpo estranho a remover. No caso de pequeno inseto, o socorro imediato consiste em colocar gotas de azeite ou óleo comestível no ouvido, a fim de imobilizar e matar o inseto. Conserve o paciente deitado de lado, com o ouvido afetado voltado para cima. Mantenha-o assim, com o azeite dentro, por alguns minutos, após os quais deve ser mudada a posição da cabeça para escorrer o azeite. Geralmente, nessa ocasião, sai também o inseto morto. Se o copo estranho não puder ser retirado com facilidade, o melhor mesmo é procurar logo um médico.