

Ficha de atividade: Queimaduras

Esta ficha de atividade é destinada a professores ou educadores para atividades de primeiros socorros em escolas. Pode ser usado com crianças e adolescentes (consulte o [percurso educacional](#) para crianças para mais informações). Nesta ficha estão informações básicas, mas o conteúdo técnico pode ser revisto usando as diretrizes internacionais de primeiros socorros, reanimação e educação do centro global de referência para os primeiros socorros disponível [online](#) ou o [manual básico](#) de primeiros socorros para a África, editado pela Cruz Vermelha Belga, Flandres.

Discussão convergente (partilha de experiências)

Objetivos:	Os alunos <ul style="list-style-type: none"> • Reconhecem uma queimadura • Reconhecem situações em que uma queimadura pode ocorrer
Tempo de preparação:	Nenhum
Tempo de execução:	10 minutos
Material:	<ul style="list-style-type: none"> • Foto de uma queimadura de 1º grau (foto abaixo) • Foto de uma queimadura de 2º grau (foto abaixo) • Foto de uma queimadura de 3º grau (foto abaixo)

Procedimento:

Muitas pessoas já sofreram queimaduras. Pode haver alunos que viram alguém com uma queimadura. Isso significa que os jovens podem já ter algum conhecimento prévio sobre o assunto. Partindo deste pressuposto, de preferência, use as experiências dos jovens como ponto de partida. As seguintes questões podem ser usadas para orientar a discussão:

- Já teve uma queimadura?
- Como era a queimadura?
- *Mostre as fotos das várias queimaduras (nas páginas abaixo). O objetivo é que os alunos saibam como podem ser as queimaduras. Não precisa indicar o tipo de queimaduras.*
- O que faz neste caso?
- *Pergunte como aconteceu a queimadura.*
- Que produtos / situações podem causar queimaduras? *Não é só o calor pode causar queimaduras, mas também produtos químicos, eletricidade e sol.*
- *Realçar a segurança e a prevenção: em que situação devem ter cuidado? Como pode prevenir a ocorrência de queimaduras?*



Informação – Prevenção de queimaduras

- Ensine as crianças sobre os objetos domésticos que podem causar queimaduras e ensine sobre o perigo de incêndio.
- Nunca deixe crianças sozinhas perto de fontes de calor, água quente e fogueiras.
- Instale proteções ao redor de fogueiras e aquecedores elétricos, a gás ou carvão para desencorajar as crianças de ficarem muito perto.
- Nunca deixe alimentos no fogão sem vigilância.



- Vire as pegas da panela e da frigideira para a parte de trás do fogão, para que as crianças não as entornem acidentalmente. Não deixe colheres ou outros utensílios nas panelas enquanto cozinha.
- Evite usar roupas largas que possam pegar fogo e mantenha as áreas de fogo livres de objetos inflamáveis.
- Mantenha as bebidas quentes longe das crianças.
- Ao tomar banho, evite usar água muito quente. Verifique a temperatura com o cotovelo.
- Guarde todos os fósforos, isqueiros e materiais inflamáveis, como querosene (parafina), de forma segura e fora do alcance das crianças (de preferência fora de casa ou das áreas de convívio).
- Tenha cuidado ao manusear produtos químicos, pois o contato pode resultar em queimaduras. Leia as instruções e use material de proteção, como luvas e óculos de segurança.









Storytelling

Objetivos:	Os alunos <ul style="list-style-type: none">• Sabem identificar uma queimadura• Sabem o que fazer numa queimadura
Tempo de preparação:	Nenhum
Tempo de execução:	10 minutos
Material:	Nenhum

Procedimento:

- Leia a história abaixo. Pode alterar à vontade os nomes das crianças de acordo com seu contexto específico.

"O dia de escola acabou. As irmãs Joana e Sofia voltaram para casa juntas. A mãe e pai não chegaram a casa, ainda estão no trabalho. Joana e Sofia estão sozinhas em casa. Os seus pais voltarão para casa em breve. Quando chegarem, a mãe preparará o jantar. "Felizmente", diz a Joana, "porque já estou com muita fome". "Oh, mas isso não é um problema", diz Sofia a irmã mais velha. "Podemos preparar algo para comer. Acho que ainda sobrou um pouco de sopa de ontem na cozinha. Talvez possamos comer isso? "" Boa ideia! ", diz Joana, " agora estou com ainda mais fome! "

A Sofia tira a sopa do frigorífico e coloca-a numa panela. "Sopa de legumes, uma delícia!" Ela acende o lume e põe a panela ao lume.

Joana que está a arrumar a sua mochila, já está sentada à mesa. "Ha ha", diz Sofia, "Estás com muita pressa".

Enquanto Joana está sentada à mesa, Sofia vai para seu quarto. Ela quer vestir outras roupas para não sujar a roupa da escola. Joana fica impaciente. "Nunca tive tanto apetite", pensa. Ela acha que Sofia está a demorar muito tempo. "Eu poderia ver como está a sopa?" Joana levanta-se e vai até o fogo. Ela não consegue ver bem. Ela é um pouco pequena para isso. Ela tenta pegar delicadamente a pega da panela. Mas, ah, não! A panela inclina-se e a sopa quente escorre sobre ela. "Ai, ai, ai", ela chama!

A Joana ouve a sua irmã mais nova a chamar. Ela corre para a cozinha e vê Sofia sentada no chão. Sofia está a chorar. Ela está com dores. E no braço tem uma grande mancha vermelha ..."

O que fazer?

- O que aconteceu?
- Que aparência tem a lesão?
- Como podemos ajudar? O que devemos fazer primeiro? *O mais importante a fazer em caso de queimadura é arrefecer com água corrente durante 15 a 20 minutos, ou até que deixe de doer.*
- Que materiais são necessários para socorrer uma queimadura?



Demonstração e prática

Objetivos:	Os alunos <ul style="list-style-type: none">• Aprendem a socorrer uma queimadura
Tempo de preparação:	nenhum
Tempo de execução:	10 minutos
Material:	<ul style="list-style-type: none">• Água da torneira (ou engarrafada)• Material de socorro (luvas descartáveis ou sacos de plástico, pano limpo sem pelos, pensos, etc.)

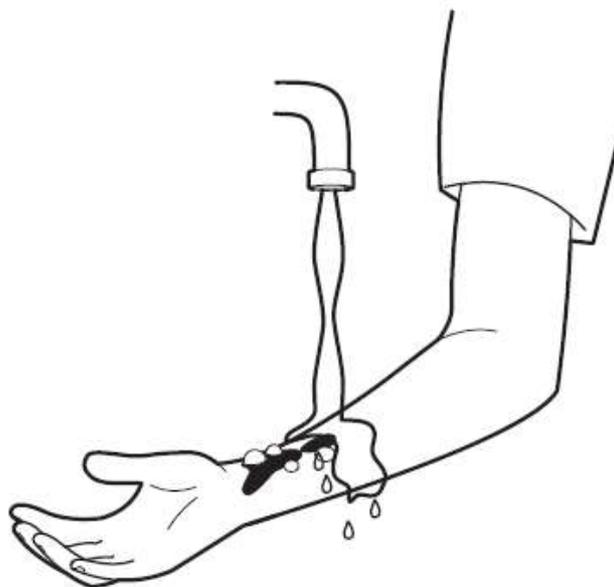
Procedimento:

- Demonstre como socorrer uma queimadura.
- Se desejar, também pode fazer com que os alunos pratiquem a técnica.



O que devemos fazer?

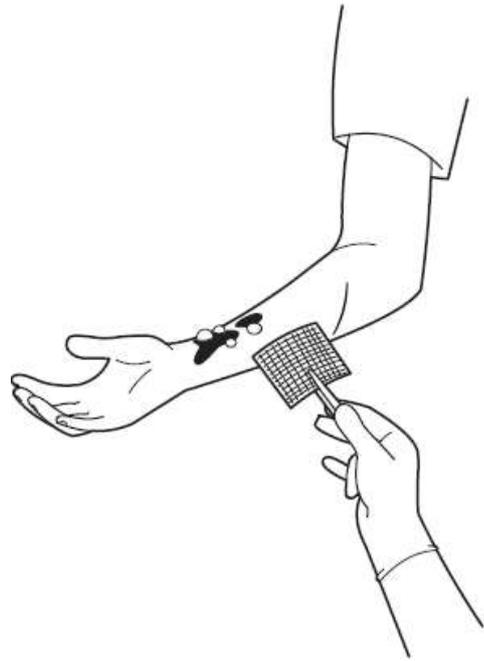
- Peça ajuda/Ligue112
- Se possível, use água limpa para arrefecer a queimadura. Caso contrário, use qualquer água. Despeje água fria sobre a queimadura durante 15 a 20 minutos ou até que pare de doer. Mesmo que doa menos depois de um tempo, continue a arrefecer por pelo menos 10 minutos. O arrefecimento não apenas reduz a dor, mas também evita que a queimadura se aprofunde ao diminuir o calor da pele.



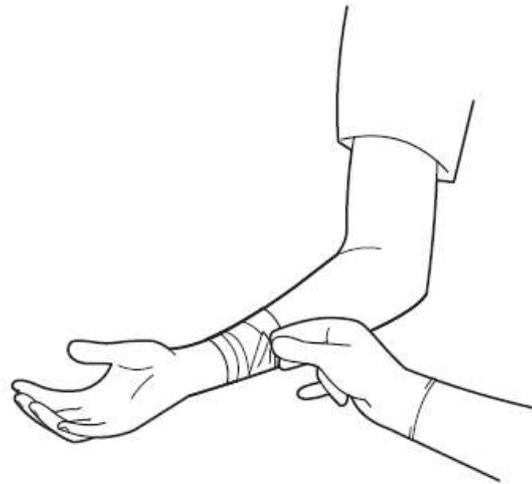
- Coloque luvas (ou cubra as mãos com sacos plásticos limpos) para evitar infeções.
- Remova todas as roupas e joias, mas apenas se não estiverem colados à pele.



- Cubra a queimadura com uma compressa ou pano húmido esterilizado. Use uma pinça esterilizada ou limpa para fazer isso. Use apenas materiais que não colem na queimadura.
- No caso de ter poucos recursos, pode colocar mel líquido frio ou aloé vera na queimadura. Isso evita infeções e ajuda a cicatrizar a lesão.



- Faça um penso na queimadura.



- Lave as suas mãos após dar os primeiros socorros. Use sabão



- Peça a um adulto para decidir se a pessoa com queimadura deve procurar ajuda médica.
- Proteja a pessoa de hipotermia.
 - . Tente não usar água muito fria durante o arrefecimento
 - . Proteja-a do vento e envolva-a em cobertores.
- Não use pasta de dentes, cremes, óleo, manteiga ou sabão em queimaduras. Estes produtos podem reter o calor piorando a queimadura, e causar infeções.
- Não rebente as bolhas (isso cria uma ferida aberta vulnerável à infeção).
- Mantenha as moscas e outros insetos longe da queimadura, para prevenir infeções.





Informações básicas - Quando você deve procurar ajuda médica?

Normalmente, pequenas queimaduras podem ser tratadas com segurança em casa. No entanto deve procurar ajuda médica imediatamente se:

- a pessoa tem menos de 5 anos ou mais de 65 anos;
- a queimadura é no rosto, orelhas, mãos, pés, órgãos sexuais ou articulações;
- a queimadura circunda um membro inteiro (um braço ou uma perna), corpo ou pescoço;
- a queimadura é igual ou maior que o tamanho da mão da pessoa;
- a queimadura parece preta, branca, como papel, dura e seca;
- a pessoa não sente a queimadura;
- a queimadura for causadas por fogo, eletricidade, produtos químicos ou vapor de alta pressão;
- a pessoa inalou calor ou fumo;
- se as roupas ou joias colaram na pele queimada;
- se passaram (provavelmente) mais de 10 anos desde sua última vacina de tétano;
- se nos dias seguintes, a queimadura cheira mal ou tem pus ou se a pessoa começa a ter febre.

Sobre o Centro Global de Referência de Primeiros Socorros GFARC:

- Fundado em 2012
- Centro de excelência da [Federação Internacional das Sociedades da Cruz Vermelha e do Crescente Vermelho](#) (IFRC), organizado pela [Cruz Vermelha Francesa](#)
- Colabora com 192 Sociedades Nacionais (Cruz Vermelha, Crescente Vermelho) e também com parceiros científicos, institucionais e privados.

Os nossos objetivos são reduzir o número de mortes e a gravidade dos ferimentos, bem como tornar as pessoas e as comunidades mais resilientes com os primeiros socorros. Para conseguir isso, trabalhamos em estreita colaboração com as Sociedades Nacionais para facilitar a partilha de conhecimento entre todos e para promover a educação em primeiros socorros a nível global. Para garantir que as técnicas de primeiros socorros sejam relevantes para qualquer país e qualquer situação, participamos em inúmeros estudos realizados por médicos, cientistas e pesquisadores.

Saiba mais sobre o Centro no [site](#):

<https://www.globalfirstaidcentre.org/pt/>

