

PREVENIR PARA EVITAR

Manual de Prevenção de Queimaduras



**SOCIEDADE
BRASILEIRA DE
QUEIMADURAS**

Prevenção é o mais eficiente, mais barato, mais fácil e mais indolor método de tratar uma queimadura.

Estatísticas apontam que cerca de 1 milhão de pessoas sofrem queimaduras todos os anos no Brasil:

- cerca de 40% são crianças;
- 80% das queimaduras acontecem em nossas casas.

Estes dados indicam que campanhas de prevenção devem ser realizadas, pois a maioria dos acidentes são facilmente evitáveis, como aqueles com álcool líquido utilizado para acender churrasqueira. Assim, medidas simples podem ser tomadas em nosso dia a dia para evitar grandes catástrofes.

O objetivo desta cartilha de prevenção é unificar informações, a partir dos dados das cartilhas das organizações não-governamentais que atuam na área das queimaduras e, desta maneira, ter disponível para qualquer pessoa uma cartilha da Sociedade Brasileira de Queimaduras.

Orientações gerais

- Se você estiver em um local que esteja pegando fogo, abaixe-se, coloque um pano molhado na frente da boca e nariz e respire normalmente enquanto engatinha para a saída.
- Se pegar fogo nas roupas e não houver água ou um extintor por perto, cubra o rosto com as mãos, deite-se e role até apagar as chamas. Caso tenha água por perto, como uma piscina, pule imediatamente para apagar as chamas. No caso de haver fios elétricos por perto, não use água e, sim, o extintor.

Primeiro cuidado com a queimadura

- Coloque a região queimada em água fria por cerca de 15 minutos ou até aliviar a dor, seque com pano limpo e embrulhe. Procure um Pronto Socorro.
- Existem 45 unidades de tratamento de queimaduras no Brasil. No nosso [site](#) tem os endereços de todas elas. Se possível, dirija-se a uma delas.
- Use o aplicativo da SBQ sobre o que fazer e onde ir:

[APP Queimei](#) (disponível para Android e IOS)

Você sabia que existem vários tipos de queimaduras?

Térmicas ou por calor

São aquelas causadas diretamente por fogo (chama), fogueiras, álcool, incêndio...



Elétricas

Causadas por fios elétricos, tomadas de luz, eletrodomésticos, postes...

Químicas

Causadas por agentes químicos, como ácidos e bases (soda cáustica), produtos de limpeza fortes, venenos...



Lembre-se

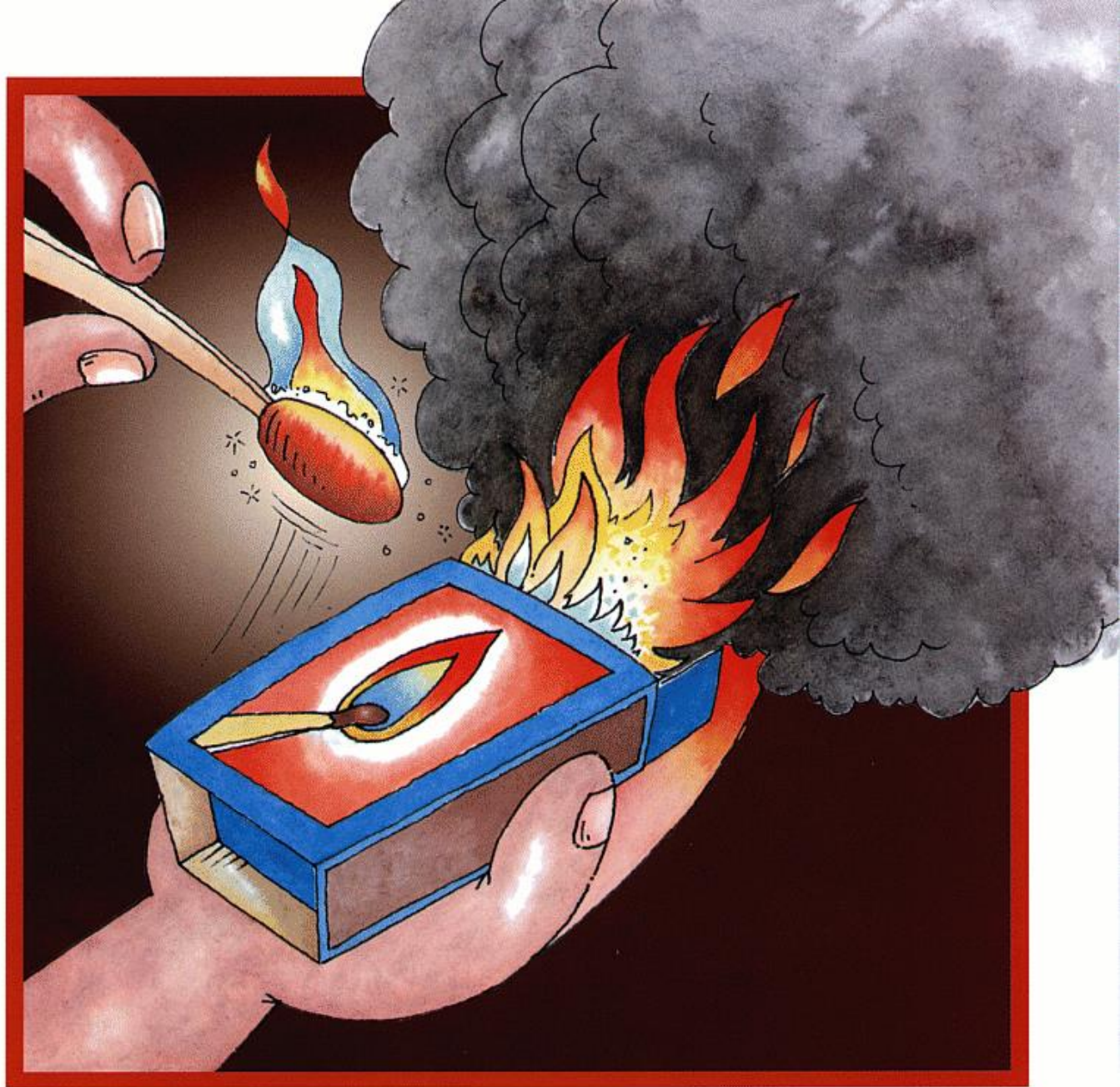
Metade das pessoas que se queimam são crianças ou adolescente de até 15 anos idade.

Queimadura pode matar e deixar marcas para sempre.



A fumaça de um incêndio pode queimar os pulmões e isso também pode matar.

Apesar dos avanços da medicina, nem tudo tem jeito, nem tudo tem cura...



Você sabe o que pode acontecer se acender um fósforo de forma errada?

Os perigos do fósforo

Todo mundo conhece os pequenos palitos de fósforo, no entanto, poucas pessoas sabem os grandes perigos que eles podem causar.



Muitos acidentes acontecem pelo mau uso desses palitinhos.

Quando for acender um palito de fósforo, mantenha-o bem afastado do rosto. Muitas vezes a chama escapa, atingindo os cílios, as sobrancelhas e até os cabelos.

Jamais use fósforos ou isqueiros próximos a postos de combustíveis e carros em conserto.



Ao jogar o palito fora, tenha a certeza de que está apagado.

Isqueiros mal regulados produzem chamas altas que podem atingir o que está ao redor, inclusive seu rosto.

As velas devem ser acesas longe de qualquer objeto que possa pegar fogo.



Nunca vá dormir com velas acesas, cuidado perto de cortinas e berços.

Conselhos úteis

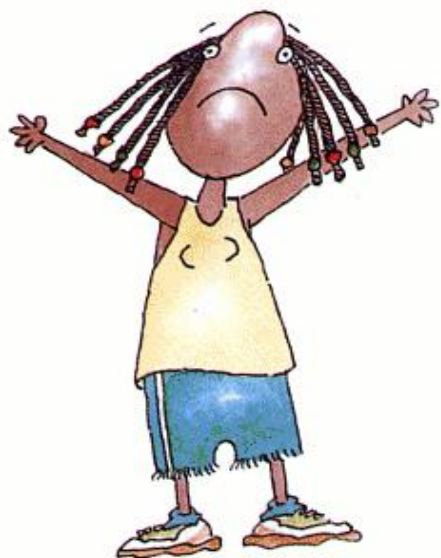
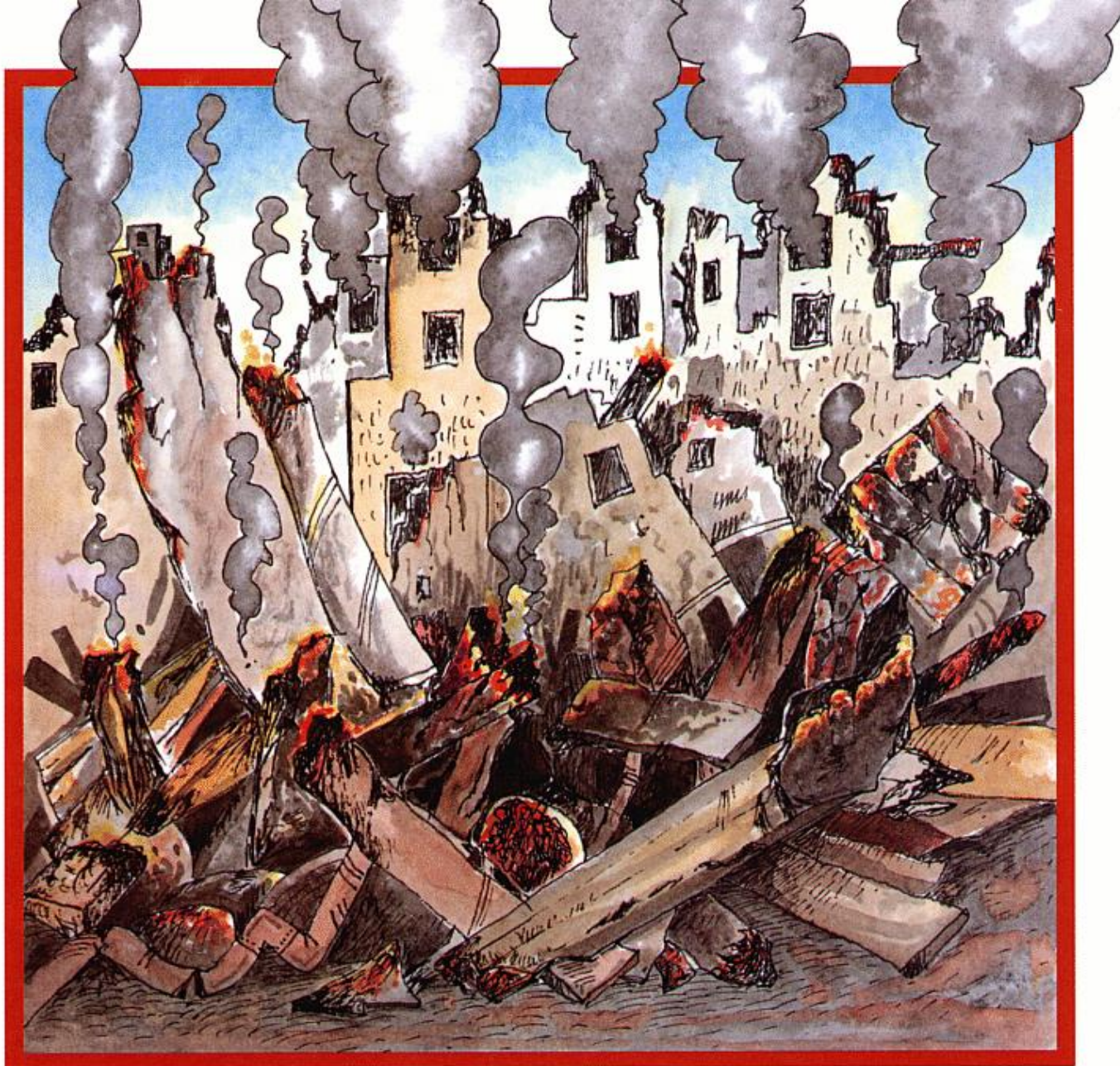
Apague cigarro ao consertar o carro, ao parar no posto de combustível e perto de outros produtos que possam pegar fogo.



Brincadeiras com fogo podem parecer divertidas, mas são muito perigosas.



Mantenha os fósforos e isqueiros longe das crianças.



Você já viu o
estrago que faz
a explosão de um
botijão de gás?

Os perigos dos botijões de gás



Os botijões de gás são muito importantes em nossas vidas, mas também são um grande perigo. Um único botijão é capaz de explodir várias casas.



Jamais mexa com fogo próximo a um botijão.

Sempre desligue o gás quando sair de casa.



Para as crianças

Se sentir cheiro de gás, afaste-se imediatamente e chame algum adulto para verificar o que está acontecendo.

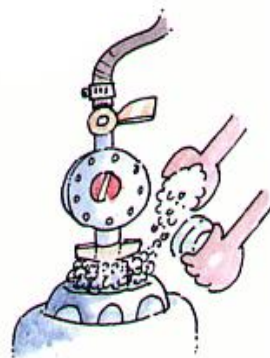


Não mexa em lampiões de gás, nem tente regular.

Nunca brinque perto ou com um botijão de gás.

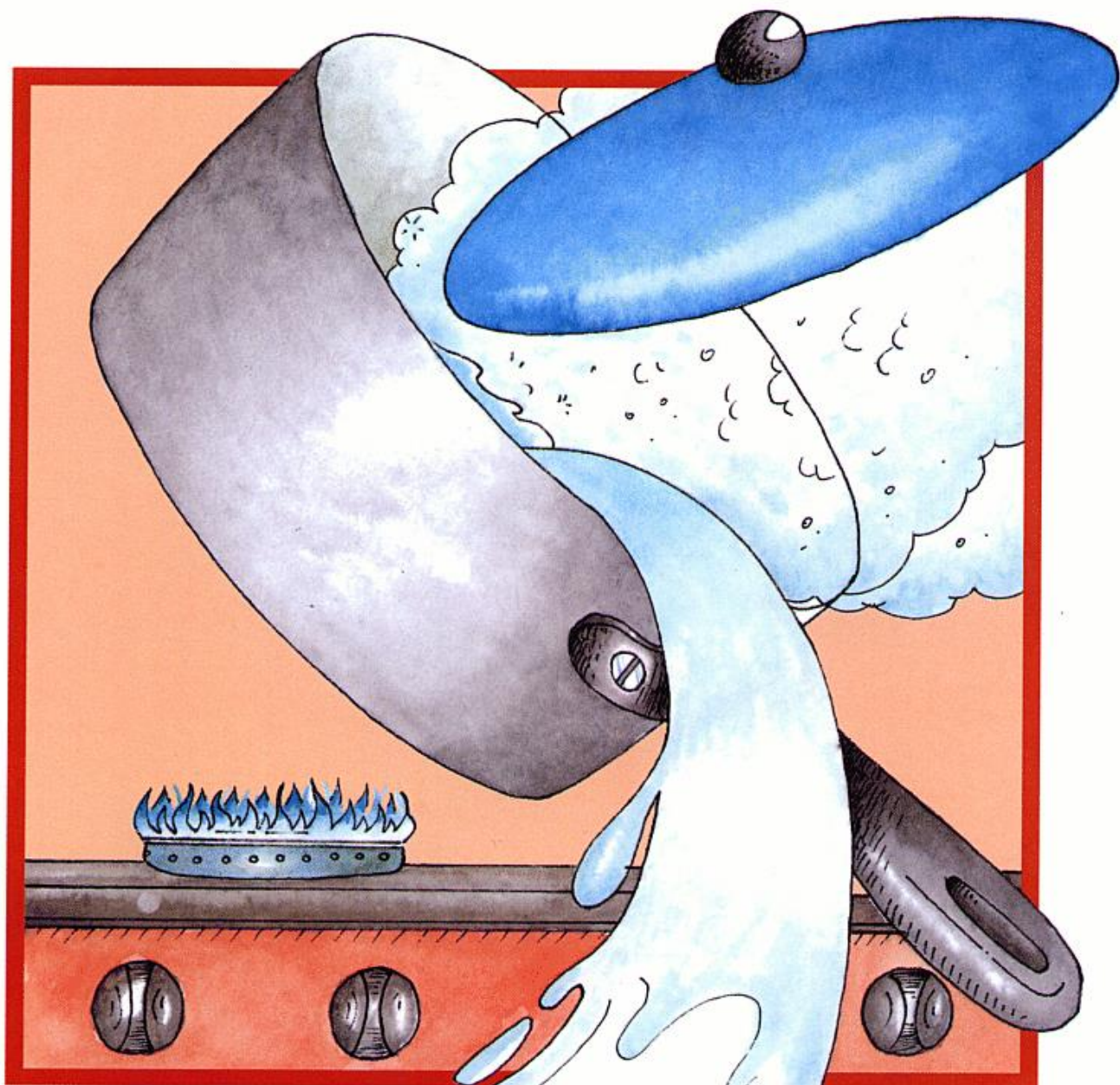
Conselhos úteis

Quando possível, instale o botijão longe do fogão ou qualquer outra fonte de calor. O ideal é que fique fora da casa, separado por uma parede.



Para verificar vazamentos, use espuma de sabão ou detergente no bico. Formará vazamentos, formará bolhas.





Você tem
ideia do
que pode
causar
uma panela de
água fervente?



Os perigos da cozinha



Cozinha é o local onde mais acontecem acidentes com crianças.

Elas não devem ficar próximas nem mexer em fogão ou fornos.



Além do fogão, o local é cheio de pequenas armadilhas, como facas e produtos de limpeza.



Para os adultos

Muito cuidado com panela de pressão. Mantenha sempre a válvula limpa, ela é uma verdadeira bomba.

Prefira usar as bocas do fundo do fogão. Deixe os cabos das panelas sempre virados para dentro e prefira fogões que podem ser presos na parede, assim, não podem virar.



Dê preferência a fogões que tenham a tampa do forno dupla, para não esquentar muito e queimar a mão.

Conselhos úteis

Nunca use toalhas de mesa compridas. Curiosas, as crianças menores podem puxar e derrubar tudo.



Cuidado ao preparar a água do banho. Coloque primeiro a água fria e vá acrescentando a quente até chegar na temperatura ideal.



Não deixe de testar com o cotovelo e sem a criança no colo.

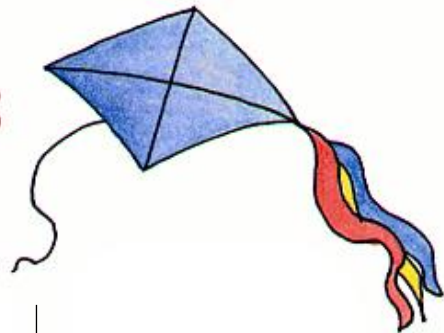
Quando a gordura esquenta muito, pode pegar fogo. Cubra com a tampa ou pano molhado e jamais jogue água.



Nunca tente
tirar uma pipa
enroscada dos fios
de alta-tensão



Os perigos das pipas



A pipa ou papagaio é uma das brincadeiras mais populares. É muito gostoso e divertido, mas esconde perigos. Vamos descobrir como brincar de maneira segura.

Nunca solte pipa perto de torres de energia, postes ou cabos de alta tensão.

Brinque sempre em campos abertos.

Jamais tente recuperar uma pipa presa em um poste.



Para os adultos

Não solte pipas na chuva ou próximo a ela, um raio pode cair e matar.



Não use cerol, pois ele causa graves acidentes em pedestres, ciclistas e motoqueiros.

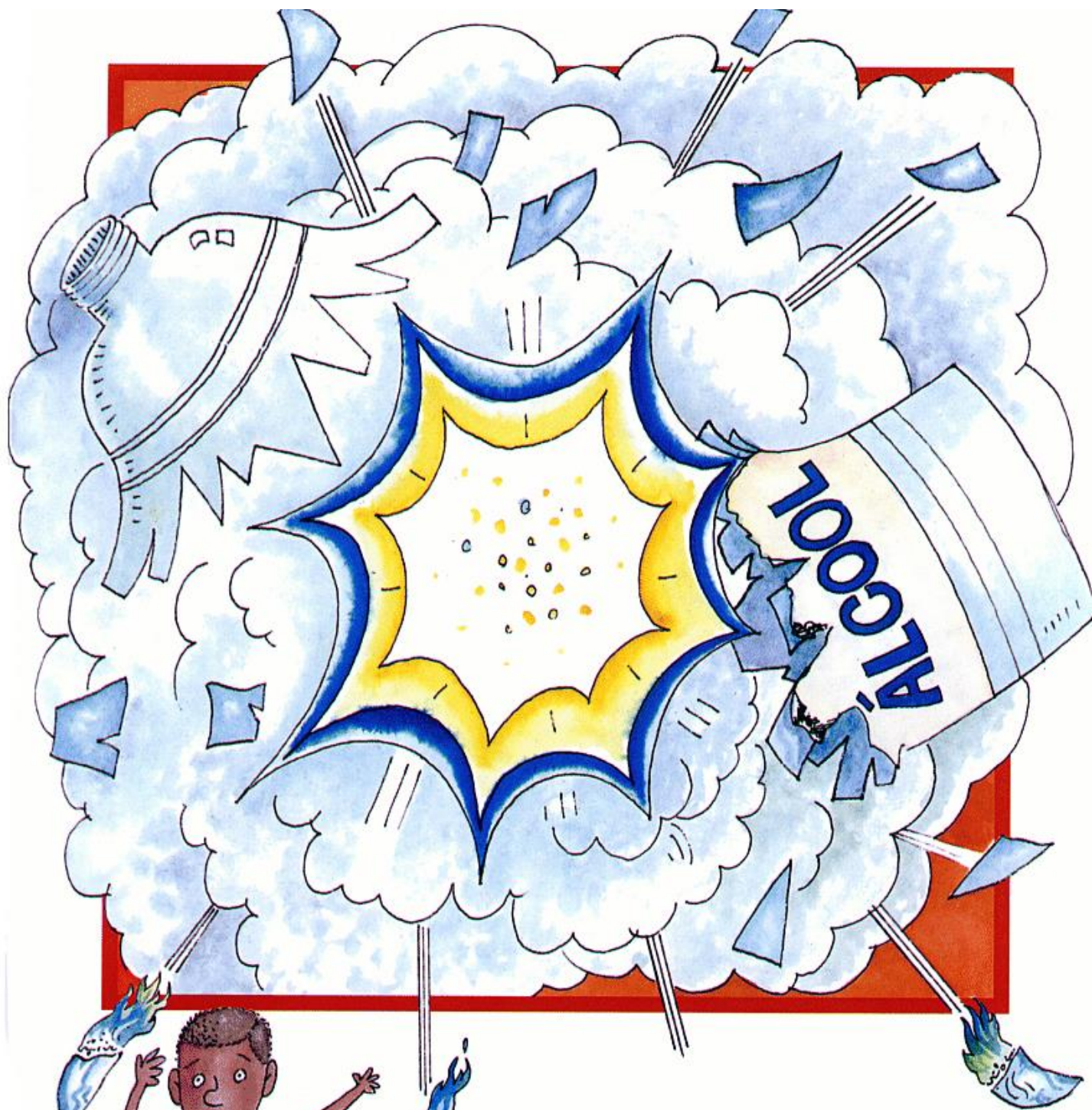
Conselhos úteis

Escolha sempre lugares seguros.

Ajude a criança menor a fazer a pipa usando material seguro. Quando crescer, lembrará sempre das regras de segurança, como não soltar pipa perto de postes ou torres de alta tensão.



Lembre sempre que **NUNCA** deve tentar retirar uma pipa presa em um fio. Pode matar ou deixar graves sequelas.



Uma garrafa
de álcool perto
do fogo é uma
bomba!

Os perigos do álcool



Para os adultos

Nunca use álcool perto de algo que esteja ou tenha estado em chamas. O vapor do álcool pode sair da garrafa e ir em direção ao fogo e explodir. Muitas vezes pensamos que o fogo acabou, mas não.



O álcool ainda mata muita gente ou deixa com marcas terríveis pela vida toda.

Não use álcool perto de crianças e ensine desde cedo que é perigoso.

Álcool serve mesmo é para encher o tanque do carro. Para a limpeza de casa há sempre um produto melhor, como o limpa vidro.



É uma das causas mais comuns de queimaduras por álcool.

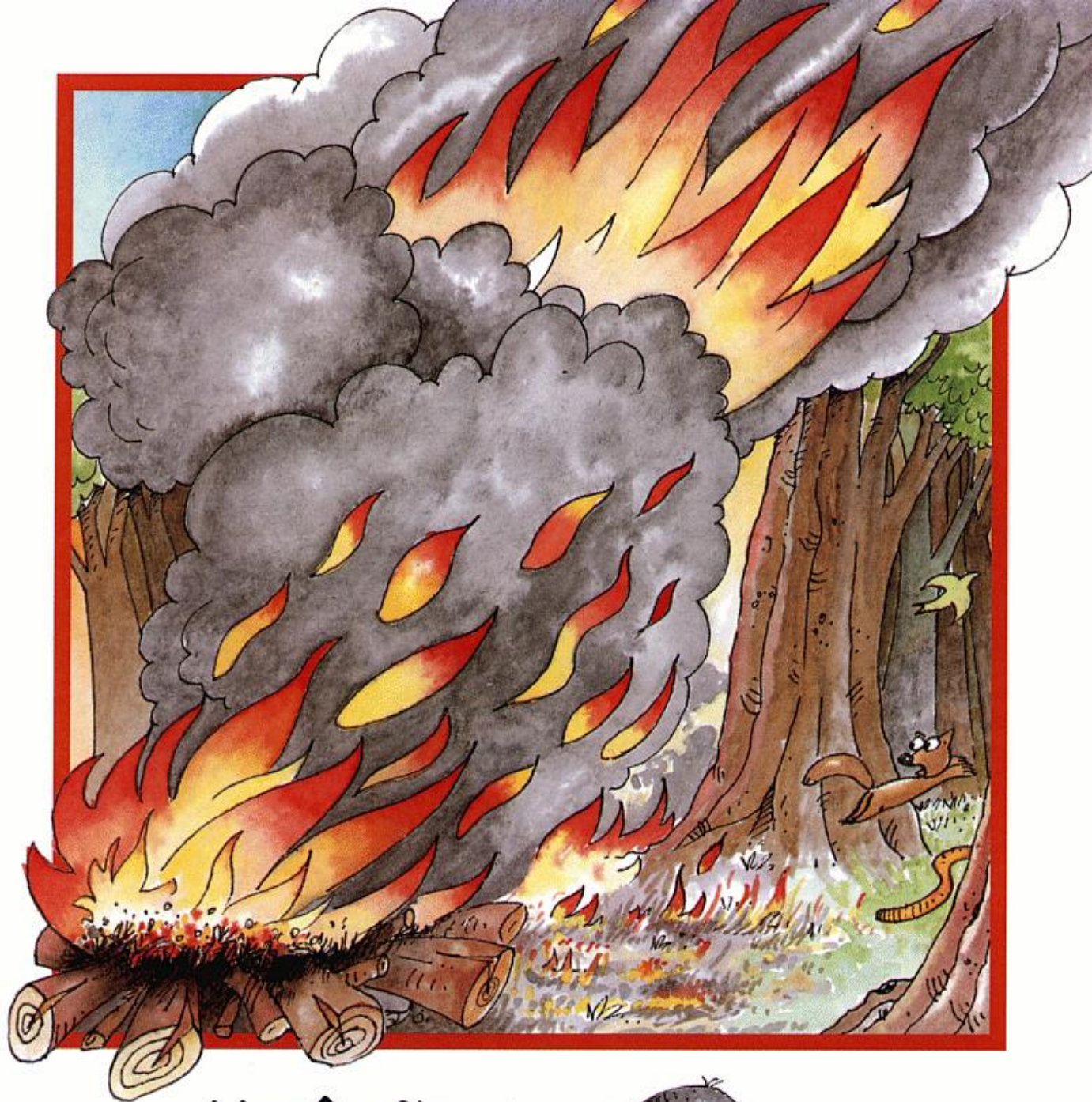
NUNCA USE álcool para acender churrasqueira, use sempre um acendedor. Acredite, esta forma é a que mais queima as pessoas.

Conselhos úteis



Guarde líquidos inflamáveis ou fortes, como a soda cáustica, em locais limpos, arejados e altos, longe do alcance das crianças.





Você não
imagina o tamanho
do desastre que
pode causar
uma fogueira fora
de controle!



Os perigos das fogueiras



Para os adultos

No friozinho não tem coisa mais gostosa que uma fogueira para nos aquecer. Mas cuidado, ela pode provocar sérios acidentes.



Jamais tente pular fogueira, mantenha sempre distância para não ter perigo das faíscas e faíscas caírem na sua roupa.



Quando alguém estiver mexendo no fogo, mantenha a criança longe.



Não faça um fogo que não pode apagar, evite locais onde uma fogueira pode começar um incêndio.



Tome cuidado com a direção do vento, o fogo pode ir para cima de você.

Conselhos úteis

Nunca acenda fogueiras usando álcool, use acendedor próprio e nunca deixe produtos inflamáveis próximos das fogueiras.



Nunca solte balões, eles são muito perigosos e proibidos por lei. É crime, podendo causar grandes incêndios e ainda atrapalhar a rota dos aviões.



Sabe quantas crianças
como você tiveram
queimaduras
sérias brincando
com bombinhas?

Os perigos das bombinhas



Os fogos de artifício são lindos, mas muito perigosos. Mesmo aqueles que achamos que são fraquinhos podem causar graves lesões, como arrancar um dedo, uma mão e até mesmo deixar cego. Um mínimo defeito de fabricação pode causar um acidente.



Não brinque com bombinhas, rojões, mas se não resistir, tome os seguintes cuidados:

- veja se não está rasgada ou úmida, se o pavio está inteiro e se não está vazando pólvora.
- Solte longe de outras pessoas, sempre vire o rosto na hora de soltar.

A bombinha deve ser acesa longe do rosto e sempre jogada longe de todos, se a bombinha falhar, jogue fora, não tente reutilizar.



Mexer com pólvora é coisa de especialista, é um perigo. Além de causar queimaduras, pode incendiar plantas, matas e casas.

Fique longe de onde estão soltando os fogos de artifício.



Se for soltar...

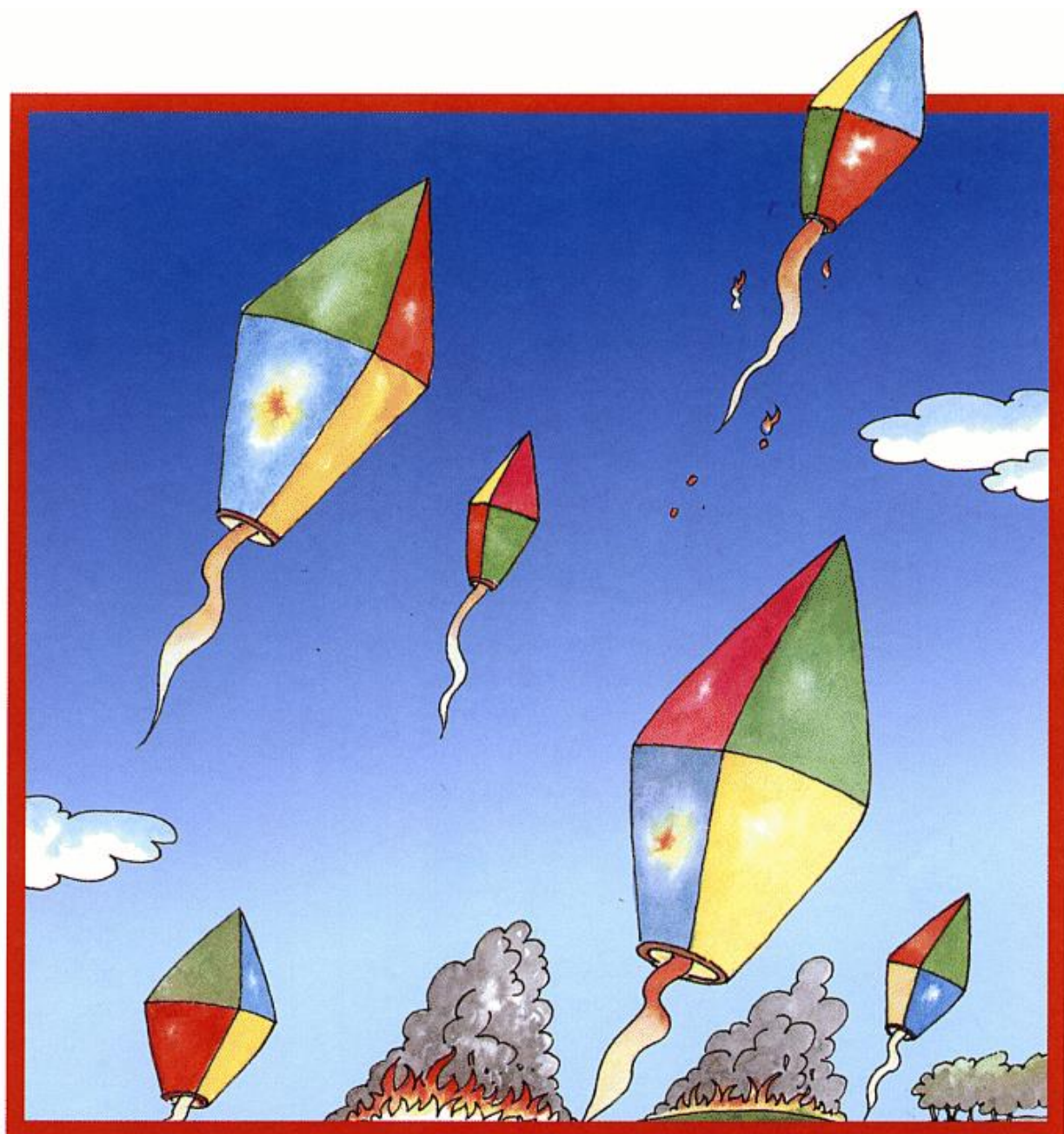
Se for soltar algum fogo de artifício, compre em lojas especializadas.

Escolha sempre locais amplos e mantenha as crianças longe, de preferência aos mais fáceis de manusear.



Nunca guarde os que sobraram em casa.

Lembre-se: eles são verdadeiras bombas.



Você sabe aonde
os balões vão
parar e o que
pode acontecer?

Os perigos dos balões



Você conhece os perigos dos balões? Você sabia que soltar balões é proibido por lei?

Balões são muito perigosos. São muito bonitos, é verdade, mas o perigo é muito maior e não vale a pena.



Todos os anos, balões caem sobre casas, fábricas, carros, florestas, causando muitos incêndios, tirando o emprego de muitas pessoas e destruindo nossas matas. Além de atrapalhar a rota dos aviões.



Lembre-se

Se você for pego soltando balão será preso.

Jamais solte balões.



Balões de gás são seguros e não causam queimadura. Porque não brincar com eles?

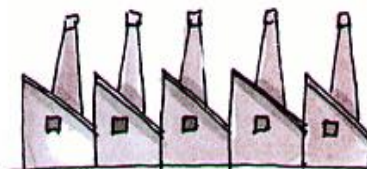
Conselhos para os pais

Ensine desde cedo o que é certo para seus filhos, o que está dentro da lei.



Nunca ensine seus filhos a soltar balões, esta tradição é do passado.

Se você vir alguém soltando ou fabricando balão, denuncie à polícia. Lembre-se que este balão poderá cair na sua casa e queimar sua família.

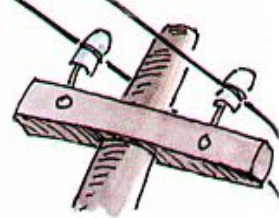




Você já sabe o
que é um fio elétrico,
não sabe? Então,
nunca encoste nele!



Os perigos da eletricidade



A eletricidade é o que faz funcionar tudo em nossa casa, desde a geladeira até o vídeo game.

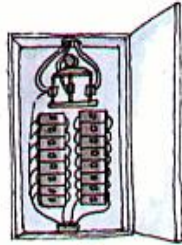
Esta energia é produzida nas centrais de energia elétrica e levado pelos fios até a nossa casa.

É uma energia invisível, mas ponderosa. Ela nos ajuda, mas também pode nos machucar e até mesmo matar.

Se notar alguma tomada, fio, painel ou qualquer aparelho soltando faísca, chame um adulto.



NUNCA mexa em quadro de força, eles são super perigosos.



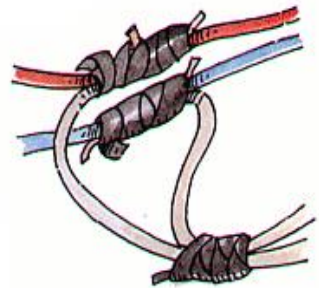
Quadro de força podem matar, deixe para um especialista mexer se for preciso.

Distrações com ferro de passar roupa podem causar incêndios: tome cuidado.

Nunca deixe aparelhos ligados direto na tomada, a menos que seja necessário, como a geladeira. Desligue para evitar que uma criança curiosa morda o fio. É super grave.

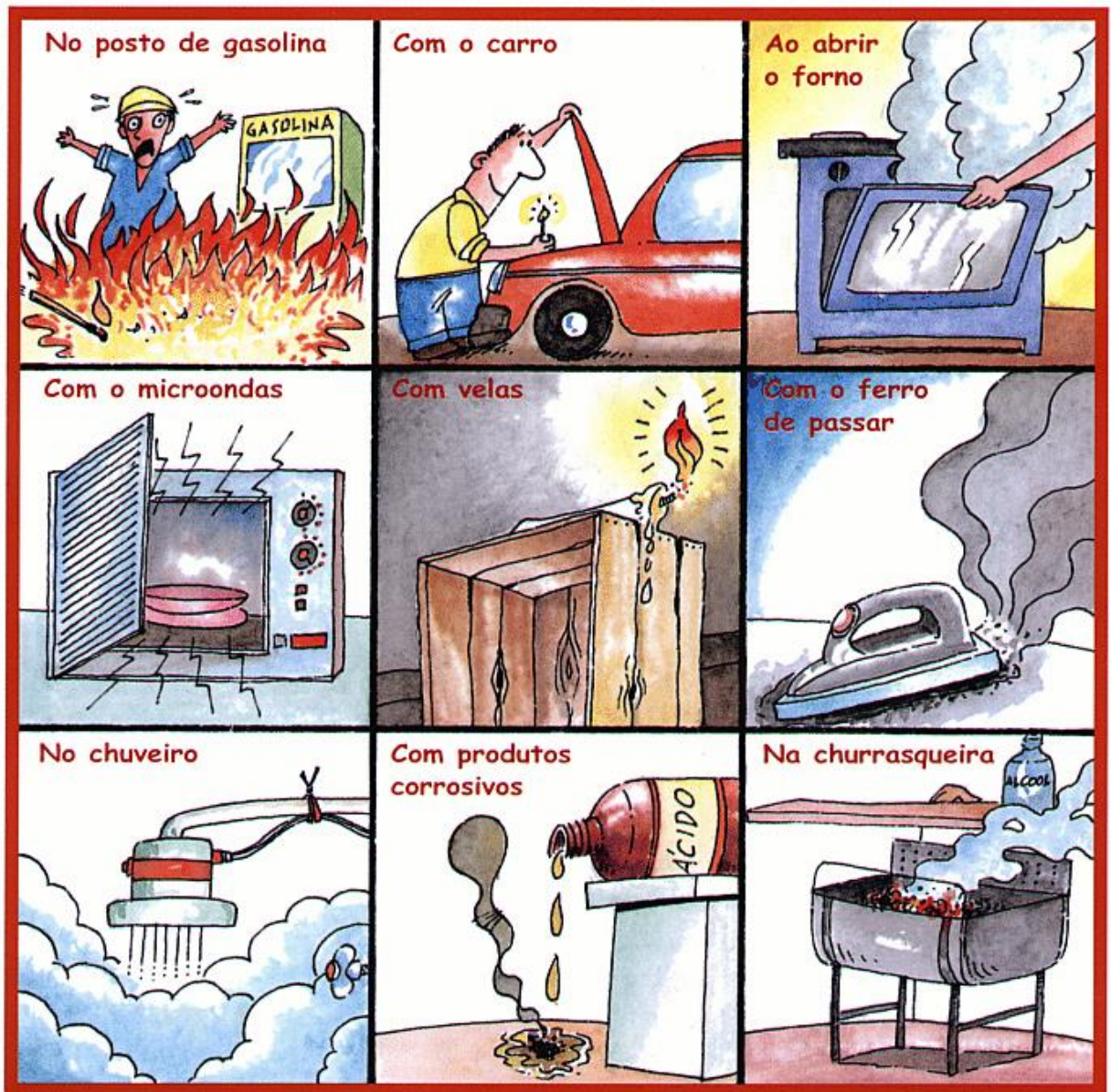
Não mexa com fios em postes. A corrente que passa neles é muito mais forte e frequentemente mata. A pipa ficou presa? Deixa ela lá e faça uma nova. Não vale a pena o risco.

Cuidado ao remendar fios, faça com cuidado e com materiais adequados.



Cuidado para não sobrecarregar emendando vários fios, isto pode aquecer muito e causar curto e incêndios.





Cuidado! Cuidado!
Cuidado!
Por favor,
tome cuidado!



Saiba como agir:

Queimaduras térmicas

Queimou? Lave com água corrente em temperatura ambiente durante vários minutos. Pode ser o chuveiro, a torneira e até mesmo o esguicho. Remova anéis, pulseiras, cintos, sapatos, brincos... Cubra com um pano limpo (pode ser uma toalha) e procure ajuda em um hospital, posto ou Pronto Socorro.



Se as suas roupas pegarem fogo, deite no chão e role até apagar ou embrulhe com um cobertor para abafar o fogo.

Não se preocupe em fazer curativos, furar as bolhas, o melhor é chegar ao atendimento sem nada para poder ser facilmente avaliado.

Queimaduras elétricas

Não toque na vítima. Primeiro desligue a energia elétrica. Todas as queimaduras elétricas podem ser graves, procure auxílio.

Queimaduras químicas

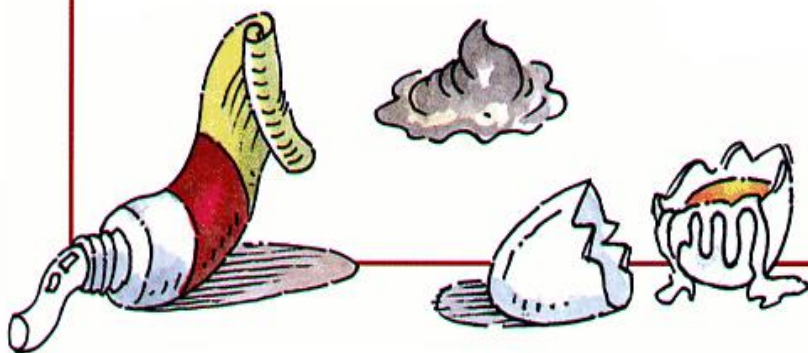
Lave com água corrente, por pelo menos 20 minutos, a pele onde caiu o produto químico. Remova a roupa contaminada.



Se cair nos olhos, lave até chegar ajuda médica, ligue para o resgate. Se você usa lentes de contato, remova.

Nunca use em queimaduras:

Nunca use pasta de dente, pó de café, óleo de cozinha, manteiga... Se você passar uma pomade, ela terá que ser retirada e isso dói. Não acredite em crenças populares.



TOME A ATITUDE CORRETA E PROCURE SOCORRO.

E AGORA?

Acabamos de aprender um monte de dicas que vão ajudar a você e a sua família a evitar a maioria dos acidentes que causam as queimaduras. acredite, estes acidentes não acontecem apenas com o seu vizinho, podem acontecer com você.

Tome todos os cuidados e siga todas as recomendações, vamos evitar uma queimadura, pois elas são para sempre e por mais que a medicina tenha evoluído, muitas vezes existe pouca coisa que se pode fazer para tirar ou diminuir as marcas das queimaduras.

Lembre-se: a prevenção é o método mais fácil, eficaz e barato de tratar uma queimadura.



AGRADECIMENTO

Esta Cartilha de Prevenção foi um trabalho conjunto da Sociedade Brasileira de Queimaduras com as ONGs:

INSTITUTO PRÓ-QUEIMADOS

NÚCLEO DE PROTEÇÃO AOS QUEIMADOS

INSTITUTO DE APOIO AOS QUEIMADOS

Que contribuíram com os desenhos, textos e ideias.



Núcleo de Proteção aos Queimados