



# MALA DE PRIMEIROS SOCORROS

**Daniel Barriga**

**CMTCC**

**Outubro 2013**

# MALA DE PRIMEIROS SOCORROS

- Uma doença súbita ou um acidente podem acontecer a qualquer pessoa, em casa ou no local do trabalho;
- Desta forma, torna-se importante não só possuir conhecimentos no âmbito dos primeiros socorros, mas também ter “à mão” o conjunto de acessórios adequados que nos permitam actuar nestas situações;
- Estes acessórios agrupam-se em kits ou malas de primeiros socorros.

# MALA DE PRIMEIROS SOCORROS



# MALA DE PRIMEIROS SOCORROS

- É aconselhável ter disponível um kit ou mala de primeiros socorros nos locais de trabalho, nas residências e nos automóveis;
- O kit ou mala de primeiros socorros deverá ser elaborado tendo em conta a sua finalidade, e os conhecimentos e competências de quem o vai utilizar.

# MALA DE PRIMEIROS SOCORROS

## CONTEÚDO

- Não existe nenhuma norma restrita em relação aos materiais que a mala deverá conter, existem sim algumas indicações a seguir na altura da elaboração da mala de primeiros socorros:
  - ✓ A mala deverá conter materiais que permitam uma actuação tanto nas situações de maior urgência, como nas situações de menor urgência;
  - ✓ Os materiais devem estar organizados na mala de forma a que possam ser facilmente retirados, não prejudicando, desta forma, a rapidez de actuação na situação de urgência;

# MALA DE PRIMEIROS SOCORROS

## CONTEÚDO

- ✓ A mala deverá conter um manual de primeiros socorros, como auxílio para uma possível situação de maior complexidade;
- ✓ Devem ser verificados periodicamente os prazos de validade de todos os produtos presentes na mala;
- ✓ Deve substituir-se sempre um produto quando este é utilizado;
- ✓ A mala deve ser de fácil identificação e utilização, e encontrar-se bem sinalizada.

# MALA DE PRIMEIROS SOCORROS

## CONTEÚDO

- De um modo geral, a mala de primeiros socorros deve conter os seguintes materiais:

- ✓ Se possível, máscara facial de reanimação;
- ✓ Luvas;
- ✓ Adesivo hipoalergénico;
- ✓ Compressas esterilizadas;
- ✓ Ligaduras;
- ✓ Pensos rápidos;

# MALA DE PRIMEIROS SOCORROS

## CONTEÚDO

- ✓ Lanterna e pilhas;
- ✓ Termómetro digital e, se possível, aparelho portátil de avaliação da Tensão Arterial;
- ✓ Soro fisiológico;
- ✓ Solução de iodopovidona dérmica (Betadine Dérmico);
- ✓ Anti-séptico;
- ✓ Pacotes de açúcar;
- ✓ Tesoura;
- ✓ Se possível, manta térmica;
- ✓ Manual de primeiros socorros.



# MALA DE PRIMEIROS SOCORROS

## CONTEÚDO



Máscara facial de  
reanimação



Luvas



Adesivo  
Hipoalergénico



Compressas



Ligaduras



Penso rápido

# MALA DE PRIMEIROS SOCORROS

## CONTEÚDO



Lanterna e pilhas



Termómetro digital



Aparelho portátil de  
avaliação da tensão  
arterial



Soro fisiológico



Iodopovidona  
dérmico



Anti-séptico

# MALA DE PRIMEIROS SOCORROS

## CONTEÚDO



Pacote de açúcar



Tesoura



Manta térmica



Manual de  
primeiros socorros