



www.enb.pt

PRIMEIROS SOCORROS SUORTE BÁSICO DE VIDA - ADULTO

1 Garanta as condições de segurança

Siga a sequência, garantindo a sua segurança sem correr riscos desnecessários.

2 VERIFIQUE O ESTADO DE CONSCIÊNCIA

- Toque na vítima
- Chame por ela



3 PERMEABILIZE A VIA AÉREA



4 PESQUISE SINAIS DE VIDA

Durante 10 segundos procure:

- Ver se o tórax expande
- Ouvir o ar a passar
- Sentir o ar na sua face



NÃO RESPIRA? LIGUE 112

- Responda às perguntas
- Execute as ordens



INICIE MANOBRAS DE SBV

- 30 compressões
- 2 insuflações

A



B



C



Se não conseguir realizar as insuflações, mantenha as compressões

RESPIRA? COLOQUE EM PLS*

Rode o corpo da vítima para que esta fique na Posição Lateral de Segurança (PLS).



A



B



C



D



Permeabilize a via aérea e verifique se a vítima continua a respirar
Controle a temperatura e ligue 112

* Se suspeitar da existência de traumatismo da cabeça, da coluna ou da bacia não realize esta manobra



INSTITUIÇÕES
E EMPRESAS

Escola Nacional de Bombeiros

FORMAÇÃO EM:

- > Primeiros Socorros
- > Combate a Incêndio
- > Segurança Contra Incêndio em Edifícios

ESCOLA NACIONAL DE BOMBEIROS

Centro de Serviços para Instituições e Empresas

Rua Dr. António Macieira
Quinta do Anjinho
São Pedro de Penaferrim
2710 - 689 Sintra PORTUGAL

Tel.: +351 219 239 048

Fax: +351 219 106 250

e-mail: servicos@enb.pt

www.enb.pt