

Primeiros Socorros e Comportamentos de Risco — Ficha

3.º Ano

Estudo do Meio

3 páginas

Competências que desenvolve: Aplicar procedimentos simples de primeiros socorros em situações de queimaduras, hemorragias, distensões, fraturas, mordeduras de animais e hematomas, e reconhecer comportamentos de risco.

1. Verdadeiro ou Falso

Escreve V (verdadeiro) ou F (falso).

a) Numa queimadura ligeira devemos arrefecer a pele com água corrente fria. → ____

b) Numa hemorragia devemos pressionar a ferida com um pano limpo. → ____

c) Numa fratura devemos tentar pôr o osso no lugar. → ____

d) Depois de uma mordedura de animal devemos lavar bem a ferida com água e sabão. → ____

2. Liga cada situação ao procedimento

a) queimadura — ____ b) hemorragia — ____ c) hematoma — ____

1) pressão com um pano limpo 2) água corrente fria 3) gelo envolto num pano

3. Completa as frases

a) Uma lesão em que o osso parte ou se desloca é uma ____ .

b) O número europeu de emergência é o ____ .

c) Quando um músculo é esticado em demasia e dói, é uma ____ .

4. Escolhe a resposta correta

a) Numa queimadura com bolhas, deves... 1) rebentar as bolhas 2) arrefecer com água e procurar ajuda 3) passar manteiga

b) Numa hemorragia, o que não se deve fazer? 1) pressionar a ferida 2) lavar as mãos 3) retirar objetos cravados na ferida

5. Verdadeiro ou Falso

- a) Se uma pessoa estiver inconsciente, devemos abaná-la com força. → ____
- b) Devemos ligar o 112 em situações graves, dizendo o que aconteceu e onde estamos. → ____
- c) Uma mordedura de animal deve ser lavada com água e sabão e vista por um médico. → ____

6. Classifica cada comportamento

Escreve S (seguro) ou R (de risco).

- a) Andar de bicicleta com capacete → ____ b) Brincar com fósforos → ____ c) Atravessar a estrada sem olhar → ____ d) Correr à beira da piscina → ____

7. Escolhe a resposta correta

- a) Ao pedir ajuda ao 112 debes dizer... 1) o que aconteceu e onde estás 2) apenas o teu nome 3) nada
- b) Numa distensão, o que ajuda? 1) continuar a correr 2) repouso, gelo e elevar o membro 3) massajar com força

8. Responde por escrito

- a) Diz dois comportamentos de risco em casa e explica como os evitar.
- b) Escreve os passos que seguirias se um colega caísse e partisse o braço.

9. Pensa e responde

- a) Porque não devemos mexer numa pessoa acidentada sem necessidade?
- b) Dá dois exemplos de sinais de segurança que existem na tua escola.

Soluções

1. a) V b) V c) F (nunca se põe o osso no lugar: imobiliza-se como está e pede-se ajuda) d) V
2. a) 2 b) 1 c) 3
3. a) fratura b) 112 c) distensão
4. a) 2 b) 3
5. a) F (pede-se ajuda sem sacudir a pessoa e verifica-se se respira) b) V c) V
6. a) S b) R c) R d) R
7. a) 1 b) 2
8. Resposta pessoal — exemplo: a) Mexer em produtos de limpeza (guardá-los em local fechado) e brincar com tomadas (usar proteções). b) Manter o colega parado, imobilizar o braço como está, ligar o 112 e avisar um adulto.
9. Resposta pessoal — exemplo: a) Porque mexer na pessoa pode agravar lesões na coluna ou nos ossos. b) Extintores, sinais de saída de emergência e plano de evacuação.