

GOLPE DE CALOR/INSOLAÇÃO

O golpe de calor ou insolação é uma situação resultante da exposição prolongada ao calor, num local fechado e sobreaquecido (por ex., dentro duma viatura fechada, ao sol) ou da exposição prolongada ao sol.



SINAIS E SINTOMAS

Deve-se pensar na possibilidade de golpe de calor ou insolação sempre que haja um ou mais dos seguintes sintomas:

- Dores de cabeça.
- Tonturas.
- Vômitos.
- Excitação.
- Inconsciência.

O QUE DEVE FAZER

- Deitar a vítima em local arejado e à sombra.
- Elevar-lhe a cabeça.
- Desapertar-lhe a roupa.
- Colocar-lhe compressas frias na cabeça.
- Dar-lhe a beber água fresca, se a vítima estiver consciente.
- Se estiver inconsciente, colocá-la em PLS (Posição Lateral de Segurança; ver pág. 61).

É uma situação grave que necessita transporte urgente para o Hospital, através do Serviço de Emergência Médica.

NOTE BEM

A insolação é sempre grave, em especial nas crianças; pode provocar hemorragia cerebral.

