

# SINAIS VITAIS

## ESTADO DE CONSCIÊNCIA

Para aferir o estado de consciência você deve realizar a avaliação de respostas lógicas, tais como: **nome, idade, local de moradia**, entre outros.

## TEMPERATURA

A temperatura normal de uma pessoa geralmente fica entre 36,5 e 37,0 graus Celsius. Em um atendimento de emergência muitas vezes não é possível utilizar termômetros, mas podemos realizar uma verificação da temperatura relativa da pele colocando o dorso da sua mão sobre a pele do paciente (na testa, tórax ou abdômen) para estimar a temperatura relativa da pele pelo tato.

### VARIAÇÃO DE TEMPERATURA DO CORPO

| ESTADO TÉRMICO                  | TEMPERATURA (°C) |
|---------------------------------|------------------|
| Sub-normal                      | 34-36            |
| Normal                          | 36-37            |
| Estado febril                   | 37-38            |
| Febre                           | 38-39            |
| Febre alta (pirexia)            | 39-40            |
| Febre muito alta (hiperpirexia) | 40-41            |

Alguns fatores podem alterar a temperatura corporal, tais como: idade, prática de exercícios, nível hormonal, ambiente, ritmo cardíaco e até mesmo alguma situação de estresse. Fique sempre atento!

## PULSAÇÃO

As alterações na frequência e no volume do pulso representam dados importantes nos primeiros socorros. Um pulso rápido e fraco, geralmente é resultado de um estado de choque por perda sanguínea, denominado choque hipovolêmico. A ausência de pulso pode significar, por exemplo, um vaso sanguíneo bloqueado ou lesado ou que o coração parou de funcionar.

Acompanhe a seguir o guia para aferir a pulsação:

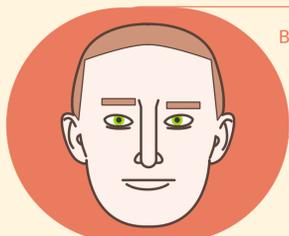
### PULSO

|           |             |
|-----------|-------------|
| Adultos   | 60-100 *bpm |
| Crianças  | 80-140 bpm  |
| Lactentes | 85-190 bpm  |

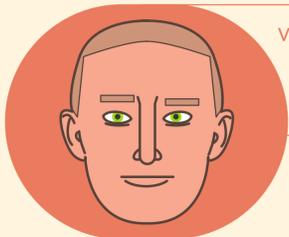
\*bpm refere-se a batimentos por minuto.

## PELE (COLORAÇÃO)

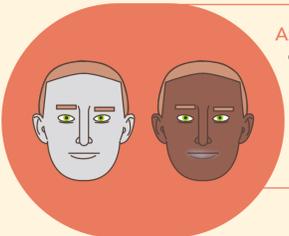
A cor da pele depende, primariamente, da presença de sangue circulante nos vasos sanguíneos subcutâneos e pode apresentar-se **branca (pálida)**, **vermelha (ruborizada)** ou **azulada (cianótica)**.



**Branca (pálida):** Uma pele pálida, branca, indica circulação insuficiente e é vista nas vítimas de choque hipovolêmico ou com infarto agudo do miocárdio.



**Vermelha (ruborizada):** Poderá haver uma cor levemente rosada no envenenamento por monóxido de carbono (CO) e vermelha na insolação.



**Azulada (cianótica):** Uma cor azulada é observada na insuficiência cardíaca, na obstrução de vias aéreas e também em alguns casos de envenenamento. Nas pessoas negras, a cor azulada da pele poderá ser notada nos lábios, ao redor da fossas nasais e nas unhas.

## REAÇÃO A DOR

A perda do movimento voluntário das extremidades, após uma lesão, geralmente é acompanhado pela perda da sensibilidade, em alguns casos essa insensibilidade ou dormência nas extremidades pode ser um sinal de lesão da medula espinhal.

**!** O Corpo de Bombeiros Militar de Santa Catarina reforça que todo paciente inconsciente, que sofreu algum tipo de trauma, deve ser tratado como se fosse portador de lesão de coluna vertebral. Logo, você deve tomar os devidos cuidados ou evitar mexer na vítima

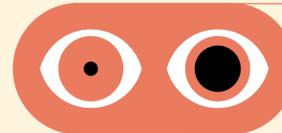
## PUPILAS

As pupilas podem variar em tamanho, simetria e resposta à luz. Em condições normais, as pupilas devem apresentar o mesmo diâmetro e possuir contornos regulares, no entanto é possível determinar possíveis alterações de estado observando a mudança de normalidade nas pupilas, como por exemplo:

**!** Saiba que as pupilas devem ser observadas contra a luz, de uma fonte lateral ou a luz ambiente, preferencialmente em ambiente escurecido.



**Pupilas contraídas** podem indicar estado de inconsciência da vítima, lesão no Sistema Nervoso Central ou abuso de drogas;



**Pupilas assimétricas** podem ser indícios de traumatismo cranioencefálico ou acidente vascular encefálico (AVC);



**Pupilas dilatadas** podem ocorrer em caso de pouca luz, anóxia (falta de oxigênio) ou hipóxia (pouco oxigênio), inconsciência, estado de choque, hemorragia, parada cardíaca ou traumatismo cranioencefálico.

## RESPIRAÇÃO

Quando normal ocorre de maneira fácil, sem esforço e sem dor. A frequência (mais rápida ou mais lenta) pode variar bastante e a amplitude também (mais superficial ou mais profunda).

Acompanhe a seguir o guia para aferir a respiração:

### RESPIRAÇÃO

|           |            |
|-----------|------------|
| Adultos   | 12-20 *mrm |
| Crianças  | 20-40 mrm  |
| Lactentes | 40-60 mrm  |

\*mrm refere-se a movimentos respiratórios por minuto.

## PRESSÃO ARTERIAL (PA)

A PA é medida em dois níveis, a PA sistólica e a PA diastólica. A sistólica é a pressão máxima a qual a artéria está sujeita durante a contração do coração. A diastólica é pressão remanescente no interior do sistema arterial quando o coração fica relaxado.

Acompanhe a seguir o guia para aferir a pressão arterial:

### VALORES NORMAIS DE PA\*

|                         | SISTÓLICA (PAS)           | DIASTÓLICA (PAD)            |
|-------------------------|---------------------------|-----------------------------|
| Adultos                 | 100 a 150                 | 60 a 90                     |
| Crianças e adolescentes | 80 + 2 por idade (aprox.) | Aproximadamente 2/3 das PAS |
| De 3 a 5 anos           | Média de 99 (78 a 116)    | Média de 55                 |
| De 6 a 10 anos          | Média de 105 (80 a 122)   | Média de 57                 |
| De 11 a 14 anos         | Média de 114 (88 a 140)   | Média de 59                 |

\*Nota: Os valores acima foram extraídos do seguinte livro de referência: O'KEFFE, Mickael F. **Emergency Care**. New Jersey, 8 Ed., BRADY, 1998.

## CAPACIDADE DE MOVIMENTAÇÃO

- Incapacidade de mover os membros superiores e inferiores, após um acidente, pode ser o indicativo de uma lesão da medula espinhal, na altura do pescoço (coluna cervical).
- Incapacidade de movimentar somente os membros inferiores, pode indicar um lesão medular abaixo do pescoço.
- Paralisia de um lado do corpo, incluindo a face, pode ocorrer como resultado de uma hemorragia ou coágulo intra-encefálico (acidente vascular encefálico).

