



FERIDAS

A IMPORTÂNCIA DOS PRIMEIROS CUIDADOS

Os pequenos acidentes acontecem e com eles as feridas. Mas o importante é cuidar desde logo para que não fiquem marcas e, sobretudo, para que não haja complicações.

FERIDAS HÁ MUITAS

Os pequenos acidentes acontecem no dia-a-dia, no trabalho, na escola, quando nos divertimos ou mesmo em casa. Mas sucedem mais nos dias de Verão, quando a temperatura convida a actividades ao ar livre. As crianças são mais propensas, mas os adultos também não estão a salvo.

E o que é uma ferida? Uma ferida é uma lesão da pele, pode ser superficial ou profunda e pode, ou não, afectar nervos, músculos e tendões. Em alguns casos há perda de tecido, noutros não. Comum é a pele ficar danificada, o que acontece em todos os tipos de ferida:

Arranhões e esfoladelas - são chamadas feridas por abrasão, resultam da fricção da pele com uma superfície dura e rugosa.

Cortes - provocados por objectos cortantes como facas ou vidro partido, são geralmente acompanhados de hemorragia.

Mordeduras - quando causadas tanto por pessoas como por animais, há risco de infecção devido ao contacto da saliva com a pele lesada.

Picadas - provocadas por objectos pontiagudos como pregos ou agulhas.

A IMPORTÂNCIA DOS PRIMEIROS CUIDADOS

As feridas seguem um processo natural de cicatrização, mas os primeiros cuidados são essenciais para assegurar que não deixam marcas e, sobretudo, para prevenir infecções. Assim, ao cuidar de uma ferida:

- Mantenha a zona afectada imóvel, e se necessário deite ou sente a pessoa acidentada.
- Não toque directamente com as mãos na ferida, use luvas se possível, ou em alternativa, lave bem as mãos.

- Limpe a ferida com soro fisiológico ou com água corrente.

- Estanque a hemorragia, mas primeiro deixar sangrar um pouco (o sangue arrasta consigo impurezas, ajudando a limpar a ferida).

- Se a hemorragia não parar, cubra a ferida com uma compressa e exerça ligeira pressão por uns dez minutos, evitando espreitar (de cada vez que a compressa é levantada o sangue volta a correr, o que atrasa o processo).

- Pode usar uma solução dérmica própria.

- Cubra a ferida com material de penso adequado.

- Assegure que a vacina do tétano está em dia.

O penso é importante pois cumpre várias funções:

- Absorve os líquidos da ferida, impedindo que contactem com a pele saudável.

- Protege a ferida do exterior, nomeadamente das bactérias.

- Mantém a ferida num ambiente propício à cicatrização.

INFECÇÃO À ESPREITA

Os cuidados com uma ferida devem acontecer o mais rápido possível, de modo a prevenir o risco de infecção maior nas primeiras 48 a 72 horas. Importa vigiar, e se surgir:

- vermelhidão e inchaço acentuados,
- bordos da ferida mais espessos,
- pús,
- dor, ou
- febre

há que consultar o médico e tratar da infecção o quanto antes. Deve também consultar-se o médico se a hemorragia não parar ou se a ferida demorar muito a cicatrizar.

COM A AJUDA DESTA FARMACIA

Ferirmo-nos é algo comum. O importante é saber cuidar das feridas para que não ameacem a saúde: esta Farmácia pode ajudar, informando sobre os gestos mais apropriados para que a cicatrização ocorra o mais rápido possível e sem deixar marcas. Está igualmente apta a indicar quais os produtos mais adequados a cada tipo de ferida, em função do local e da extensão da lesão.