Hipertermia: saiba reconhecer um GOLPE DE CALOR

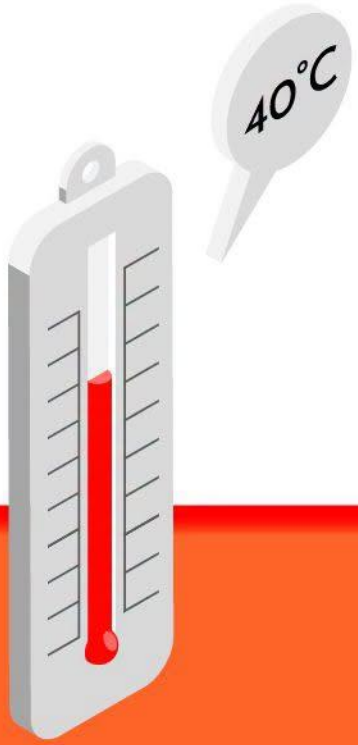


REPÚBLICA PORTUGUESA
SAÚDE

DGS
Direção-Geral da Saúde

HIPERTERMIA

A hipertermia acontece quando o **corpo deixa de conseguir regular a sua temperatura,** subindo acima dos 40ºC.



O GOLPE DE CALOR É A FORMA MAIS GRAVE:

é uma emergência e pode causar danos graves ou morte.

REPÚBLICA PORTUGUESA
SAÚDE
DGS
Direção-Geral da Saúde

GOLPE DE CALOR

Quais os sinais iniciais da exaustão pelo calor?



Suar muito, pele pálida e húmida



Tonturas, enjoo e dor de cabeça



Cãibras e fraqueza



Coração a bater depressa

SINAIS GRAVES >> LIGAR 112:



Pele quente, vermelha e seca (não sua)



Confusão, desorientação ou fala arrastada



Temperatura corporal acima de 40º



Perda de consciência

REPÚBLICA PORTUGUESA
SAÚDE

DGS
Direção-Geral da Saúde

GOLPE DE CALOR

O que fazer ?

1. **Ligue 112 imediatamente.**
2. Leve a pessoa para um local fresco e à sombra.
3. Retire a roupa desnecessária da pessoa.
4. Molhe a pele da pessoa com água - pescoço, axilas e virilhas.
5. Refresque a pessoa com o que estiver mais próximo, "fazendo vento".



Se a pessoa estiver acordada dê-lhe água em pequenos goles.



Se a pessoa estiver inconsciente, não dar água, e colocar em posição lateral de segurança.

REPÚBLICA PORTUGUESA
SAÚDE

DGS
Direção-Geral da Saúde