



- Limpe qualquer ferida com água da torneira.
- Se a área estiver inchada ou a sangrar, faça pressão durante 5-10 min. Se continuar a sangrar, continue a fazer pressão ou consulte um médico.
- Em caso de dor, dê-lhe paracetamol ou ibuprofeno. Siga sempre as instruções de posologia e administração.
- Vigie o seu filho atentamente durante os próximos 2-3 dias e verifique se ele se comporta e reage consigo como habitualmente.
- Pode deixar o seu filho dormir, mas vigie-o regularmente e verifique se reage normalmente ao toque e se a sua respiração e a posição na cama são normais.
- Deixe-o repousar bastante e certifique-se de que ele não faz esforços durante os próximos 2-3 dias ou até os sintomas desaparecerem.
- Após um ferimento na cabeça, ele NÃO deve praticar desportos de contacto (como futebol) durante pelo menos 3 semanas sem falar primeiro com o seu médico.
- Você conhece melhor o seu filho. Se está preocupado(a) com ele, deve procurar aconselhamento adicional.

**Não se preocupe sem necessidade – estas coisas são de esperar após um ferimento na cabeça e podem durar até duas semanas:**

- Dor de cabeça intermitente, especialmente depois de ver TV ou jogar videojogos
- Perda de apetite ou enjoo (sem vomitar)
- Cansaço ou dificuldade para adormecer
- Curtos períodos de irritabilidade, mau génio ou baixa concentração

### Hospitais com urgências:

#### Hospital Pediátrico Royal Alexandra

Eastern Road, Brighton BN2 5BE

#### Hospital Princess Royal

Lewes Road, Haywards Heath RH16 4EX

#### Fundação NHS de Cuidados de Saúde de Surrey e Sussex

Hospital de Surrey Este, Canada Ave, Redhill, Surrey RH1 5RH

#### Fundação NHS dos Hospitais de Sussex Oeste

incluindo:

Hospital St Richard, Spitalfield Lane, Chichester PO19 6SE

Hospital de Worthing, Lyndhurst Rd, Worthing BN11 2DH

#### Unidades de Pequenos Ferimentos (MIU) ou Centros de Cuidados Urgentes

**Hospital Bognor Regis War Memorial** – Unidade de Pequenos Ferimentos, Shripney Road, Bognor Regis, PO22 9PP

Aberto das 9h00 às 17h00, segunda a sexta (exceto feriados)

#### Centro de Tratamentos Urgentes de Crawley

Hospital de Crawley, West Green Drive, Crawley RH11 7DH Aberto 24 horas por dia, 7 dias por semana

#### Unidade de Pequenos Ferimentos de Horsham

Hospital de Horsham, Hurst Rd, Horsham RH12 2DR

Aberto das 9h00 às 17h00, segunda a sexta (exceto feriados)

#### Hospital Queen Victoria – Unidade de Pequenos Ferimentos (MIU), East Grinstead

Holtye Road, East Grinstead RH19 3DZ

Aberto das 8h00 às 22h00, 7 dias por semana

#### Sussex Oeste – Serviço de Informação à Família

Tel: 01243 777807 [www.westsussex.gov.uk/family](http://www.westsussex.gov.uk/family)

Para obter mais cópias deste documento, informações adicionais e comentários, envie-nos um e-mail:

Área de Chichester/Worthing: [contactus.coastal@nhs.net](mailto:contactus.coastal@nhs.net)

Área de Crawley: [CCCG.contactus-crawleyccg@nhs.net](mailto:CCCG.contactus-crawleyccg@nhs.net)

Área de Horsham/Mid Sussex:

[HSCCG.contactus-horshamandmidsussexccg@nhs.net](mailto:HSCCG.contactus-horshamandmidsussexccg@nhs.net)



Concebido por Door 22

Data de publicação: Agosto de 2014 / Data de revisão:

# Ferimentos na cabeça em jovens

**ATUALIZ. 2014**

**Conselhos para pais e tutores**

Nome da criança/adolescente \_ \_ \_ \_ \_

Conselho por \_ \_ \_ \_ \_

Local do ferimento \_ \_ \_ \_ \_

Data \_ \_ \_ \_ \_ Hora \_ \_ \_ \_ \_

# Ferimentos na cabeça – Conselhos para pais/tutores

Este folheto aconselha sobre como cuidar de uma criança com um inchaço/ferimento na cabeça. Utilize a secção “Cuidar do seu filho em casa” (ver no verso) e os conselhos tricolores abaixo para obter ajuda. **É possível lidar com a maioria das crianças segundo a orientação verde abaixo, especialmente se a criança está alerta e interage consigo. Convém vigiá-la durante os próximos 2-3 dias para ver se reage como habitualmente.**

## Conselhos tricolores:

### Verde: Baixo risco

#### Se o seu filho:

- Chorou imediatamente (após o ferimento na cabeça), mas retoma o seu comportamento normal passado pouco tempo
- Está alerta e interage consigo
- Não ficou inconsciente/“apagado”
- Tem nódoas negras, um inchaço ou cortes pequenos na cabeça

**AÇÃO:** Se todos os critérios acima foram preenchidos, então conduza a recuperação em casa. Siga os conselhos no verso ou, se está preocupado(a), contacte o seu MCG ou ligue para o 111 quando o consultório do seu MCG não estiver aberto

### Âmbar: Médio risco

#### Se o seu filho:

- Tem menos de 1 ano de idade
- Vomitou uma ou duas vezes
- Tem uma dor de cabeça contínua
- Apresenta uma irritação continuada ou comportamento invulgar
- Está sob a influência de drogas ou álcool
- Se magoou deliberadamente e necessita de cuidados médicos

**AÇÃO:** Leve o seu filho às urgências do hospital mais próximo se **QUALQUER UM** destes sintomas estiver presente

Os ferimentos na cabeça raramente precisam de pontos e podem ser colados por um profissional de saúde em Unidades de Pequenos Ferimentos ou Centros de Tratamentos Urgentes; alguns consultórios de MCG tratam pequenos ferimentos. Procure verso um serviço local.

### Vermelho: Alto risco

#### Se o seu filho:

- Esteve envolvido num acidente rodoviário a alta velocidade, ou caiu de mais de 1 metro de altura, ou foi atingido por um objeto a alta velocidade, ou esteve envolvido num acidente de mergulho
- Ficou inconsciente/“apagado” a dada altura
- Está sonolento e não consegue acordá-lo
- Tem uma convulsão ou ataque
- Tem dor no pescoço
- Tem dificuldade em falar ou compreender o que você diz
- Tem falta de força nos braços e pernas ou está a perder o equilíbrio
- Não consegue lembrar-se de acontecimentos por volta da hora do acidente ou anteriores
- Apresenta um corrimento claro ou ensanguentado do nariz, ouvidos ou ambos desde o ferimento
- Tem 3 ou mais ataques de vómito separados

**AÇÃO:** Ligue para o 999 para pedir uma ambulância se **QUALQUER UM** destes sintomas estiver presente