

- Limpe qualquer ferida com água da torneira.
- Se a área estiver inchada ou a sangrar, faça pressão durante 5-10 minutos. Se continuar a sangrar, continue a fazer pressão e 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.
- No seguimento de um ferimento na cabeça, o seu filho NÃO deve praticar NENHUM desporto de contacto (futebol, por exemplo) durante pelo menos 3 semanas sem falar primeiro com o seu médico.

• **Você conhece melhor o seu filho. Se está**  
**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

**Se estes sintomas durarem mais tempo, deve procurar aconselhamento médico.**

### 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 de St Richards**

Spitalfield Lane, Chichester PO19 6SE

#### **Hospital de Worthing**

Lyndhurst Rd, Worthing BN11 2DH

#### **Unidades de Pequenos Ferimentos (MIU) ou Centros de Urgências**

#### **Hospital Bognor Regis War Memorial**

##### **– Unidade de Pequenos Ferimentos**

Shripney Road, Bognor Regis, PO22 9PP

*Aberto das 9h00 às 17h00, de segunda a sexta-feira (exceto feriados)*

#### **Centro de Urgências – Hospital de Crawley**

West Green Drive, Crawley RH11 7DH

*Aberto 24 horas por dia, 7 dias por semana*

#### **Unidade de Pequenos Ferimentos – Hospital de Horsham**

Hurst Rd, Horsham RH12 2DR

*Aberto das 9h00 às 17h00, de segunda a sexta-feira (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 cópias adicionais deste documento, mais informações e enviar comentários, envie-nos um e-mail para: 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)



## Ferimentos na cabeça em crianças e adolescentes

**Dezembro de 2016**  
**Versão atualizada**

Nome da criança/adolescente

Conselhos dados por

Local do ferimento

Tipo de ferimento

Data Hora

# Ferimentos na cabeça – Conselhos para pais e tutores

Este folheto aconselha sobre a melhor forma de cuidar de uma criança com um inchaço/ferimento na cabeça.

Os ferimentos na cabeça raramente precisam de pontos, e normalmente podem ser colados por um profissional de cuidados de saúde. Isto pode ser feito em Unidades de Pequenos Ferimentos ou Centros de Urgências; alguns



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.

## Verde: Risco baixo

### Se o seu filho:

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

**AÇÃO: Se todos os critérios acima foram preenchidos, conduza a recuperação em casa.**

## Âmbar: Risco intermédio

### Se o seu filho:

- Vomitou uma ou duas vezes
- Sente uma dor de cabeça contínua
- Tem comportamento irritadiço ou comportamento alterado, especialmente em crianças com menos de 5 anos de idade
- Está sob a influência de drogas ou álcool

**AÇÃO: Leve o seu filho ao Serviço de Urgências do hospital mais próximo**

## Vermelho: Risco elevado

### Se o seu filho:

- Tem menos de 1 ano e tem uma pisadura, inchaço ou ferida >5 cm
- 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
- Tiver uma convulsão ou ataque
- Sente 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

**AÇÃO: Ligue para o 999**