

1 Deite o bebê de costas em um dos braços, segure a bochecha dele com o polegar e o indicador, forçando -o a abrir a boca para que você possa enxergar o objeto ou bolo alimentar.

2 Vire a criança com a barriga para baixo sobre o braço, com a cabeça um pouco inclinada para baixo, e firme-o segurando uma das pernas dele sob a sua axila.

3 Dê cinco tapas nas costas do bebê com a parte fofa da mão (extensão do braço) no sentido da inclinação do corpo dele – para a frente, em direção à boca. O procedimento

4 Segure a cabeça do bebê pela nuca com a mão aberta e vire o corpo dele sobre o outro braço. Na linha (altura) dos mamilos, no osso externo, com dois dedos – indicador e polegar –, faça cinco compressões torácicas. As compressões tendem a movimentar o tórax, fazendo com que o ar dos pulmões empurre os objetos ou líquidos para fora.

5 Veja se enxerga o objeto ou bolo alimentar. Se visualizar, prenda uma das pernas do bebê sob a axila para ele não cair e vire-o de lado. Aí sim, retire o objeto com os dedos polegar e indicador unidos lado a lado em movimentos de cima para baixo. Nunca coloque os dedos para tentar retirar em posição normal, você pode empurrá-lo mais para baixo. Faça

6 Depois de desengasgar, mantenha a cabeça do bebê elevada. Não dê alimentos ou líquidos e nem coloque o bebê para dormir em seguida, porque ele pode engasgar de novo. Mesmo que consiga desengasgá-lo, encaminhe-o para atendimento médico.



JEAN PIMENTEL

CRIANÇAS MAIORES DE UM ANO (MANOBRA DE HEIMLICH)

1 Fique atrás da criança ou adulto, com as pernas abertas para ter firmeza. Abrace -a por trás com um punho fechado encostado no corpo dela na altura da boca do estômago e a outra mão aberta sobre a primeira para pressionar. Faça cinco compressões em mov-

2 Repita o movimento até a pessoa expelir o objeto, vomitar ou perder a consciência.



EM CASO DE PERDA DE CONSCIÊNCIA

1 Se perder a consciência, é porque o bebê, criança ou adulto teve uma parada cardiorrespiratória. Deite-a, segurando a cabeça para não bater

2 Se for maior de um ano, com braços esticados e as mãos cruzadas sobre o peito da pessoa na linha dos mamilos, faça compressões rápidas (cem por minuto, ou seja, mas rápido que uma por segundo) e fortes até o socorro chegar, demore o tempo que for. O procedimento vai manter o coração da pessoa bombeando sangue e oxigenando o cérebro.



3 Para bebês até um ano, usa-se os dois dedos no centro do peito para fazer as compressões.

*Dicas baseadas no protocolo da AHA (American Heart Association) 2010