

HIPO**TENSÃO**



Queda de pressão arterial: saiba como socorrer alguém passando mal

No verão é comum as pessoas apresentarem problemas de pressão baixa. O calor faz com que os vasos sanguíneos se dilatam, o que pode causar uma queda da pressão e levar a fraqueza, taquicardia, tontura, náuseas, podendo evoluir para desmaio.

A hipotensão pode ser causada também pela desidratação, jejum prolongado, uso excessivo de medicamentos hipertensivos, de diuréticos e de remédios para emagrecer entre outros. É importante descobrir a causa da hipotensão para direcionar o tratamento adequado.

Como **Ajudar?**

- Se a pessoa estiver acordada com sintomas de queda de pressão, é recomendável que ela seja colocada sentada com a cabeça entre os joelhos, aguardando que os sintomas passem.
- Caso ela tenha desmaiado, afaste a pessoa de locais que eventualmente possam representar algum perigo, como janelas, buracos e escadas. Em seguida, deite a vítima, colocando-a de barriga para cima com as pernas elevadas, mantendo-a com a cabeça em posição lateral, afrouxando também as roupas com objetivo de melhorar a respiração e a circulação sanguínea, possibilitando a oxigenação do cérebro para que ela retome a consciência mais rapidamente.
- É importante ainda, ventilar bem o ambiente em que se encontra a vítima do desmaio. Deve-se oferecer um copo de água e mantê-la sentada por aproximadamente 10 minutos antes de levantá-la. Esse é o tempo ideal para que o funcionamento do organismo volte ao normal e impeça, assim, a ocorrência de um novo desmaio.
- **Evite** algumas ações como: jogar água fria no rosto para a pessoa acordar; fazer a vítima do desmaio cheirar álcool ou algum outro produto químico; sacudir a vítima.

Se a vítima não retomar a consciência, deve-se solicitar um atendimento médico de urgência.

Sônia da Silva | Enfermeira Coren/SC 383.225 | Atenção Integral à Saúde