



ORGANIZADORAS  
Claudia Giuliano Bica  
Ana Carolina da Costa e Fonseca  
Melissa Medeiros Maskoski



# ENGASGO

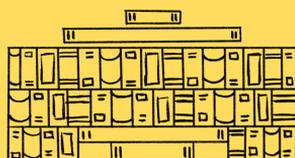
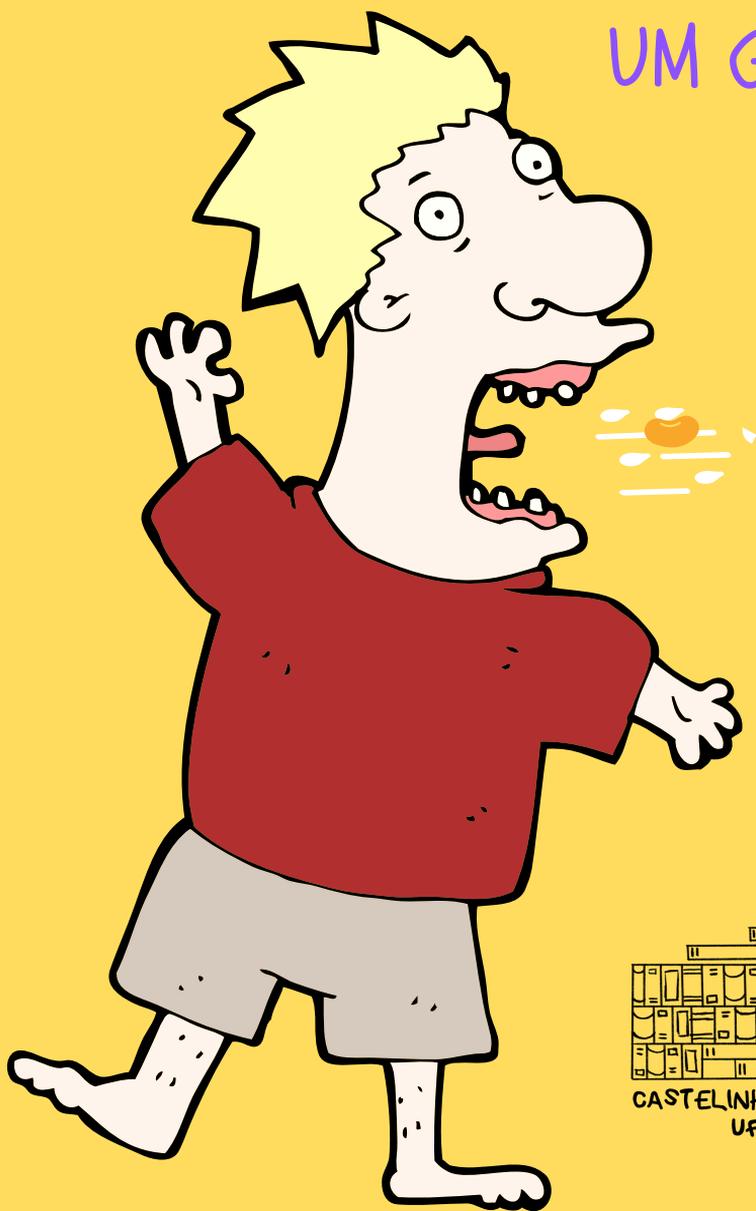
UM GUIA



Caroline Busatto  
Gabriel de Vargas Boeno  
Giovanna da Rosa Soares  
Nathalia Bottega Banaletti  
Raphaella de Matos Borges

# ENGASGO

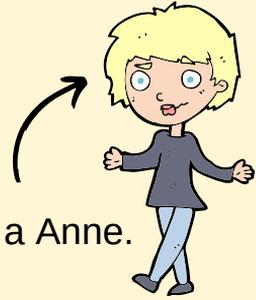
UM GUIA



CASTELINHO DE LIVROS  
UFCSPA



Esse é o Pedro.



E essa é a Anne.

Pedro e Anne são amigos e vizinhos, que adoram estudar e ir ao cinema juntos.



Oi Pedro! Pronto para ir ao cinema com a turma da escola?



Quase pronto!  
Vou pegar umas balas  
de goma para  
comermos no  
caminho!

Estou muito  
animada!

Quando Pedro e Anne estavam  
quase chegando ao cinema,  
aconteceu algo inesperado.

Anne se engasgou com uma bala. Pedro se assustou.



Anne começou a tossir  
bruscamente, e a bala que estava  
trancada em sua garganta saiu.

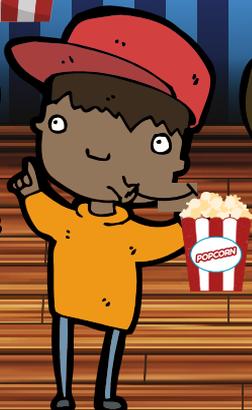
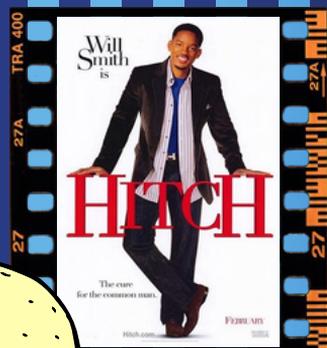




Após a Anne ficar bem, os dois seguiram caminhando.

Ao chegarem no cinema, a professora Marina deu um recado para a turma.

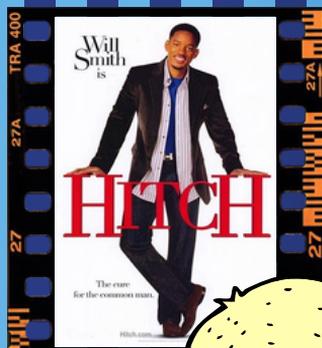
Turma! Atenção.  
Hoje vamos assistir **Hitch** - um conselheiro amoroso.  
Depois, todos terão de fazer uma resenha sobre o filme.



Pedro já havia assistido ao filme e lembrou de uma cena que Anne poderia achar interessante.

Eu já assisti a este filme na semana passada! Acontece um engasgo, igualzinho ao que aconteceu com você.

Não sabia, Pedro! Podemos falar com a professora para que nosso trabalho seja sobre isso.



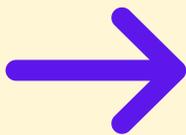
Após o término do filme, eles conversaram com a professora para fazerem o trabalho sobre engasgo.



Pedro, olha este guia sobre engasgo que eu encontrei na Internet!

Adorei! Vai nos ajudar muito com o trabalho.

CONTINUE LENDO  
PARA CONHECER O GUIA

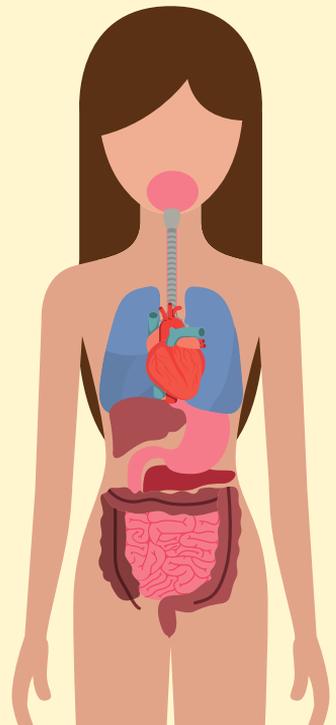


# O QUE É ENGASGO?

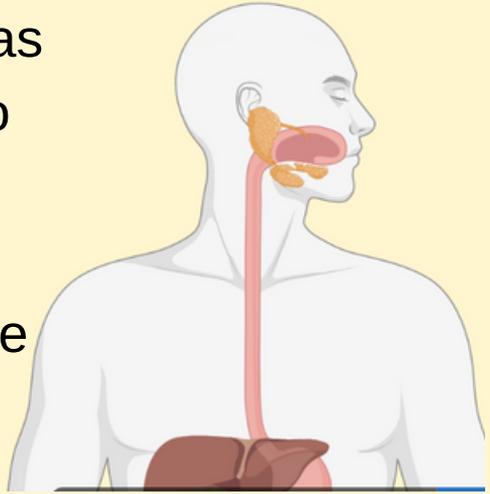
O engasgo ocorre quando alimentos ou objetos param na garganta de modo que impedem a passagem do ar.

Para ficar mais fácil precisamos entender sobre o corpo humano.

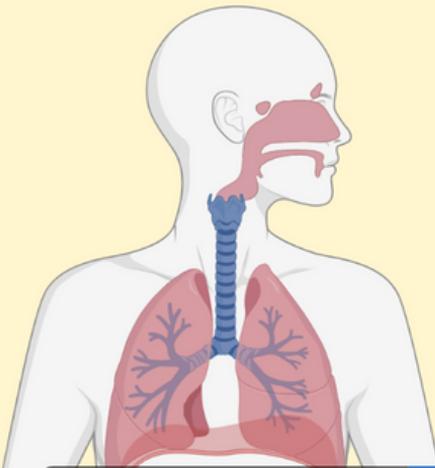
Cada parte do corpo humano tem uma função.



Há dois sistemas envolvidos no engasgo:  
o **sistema digestório**, que digere os alimentos...

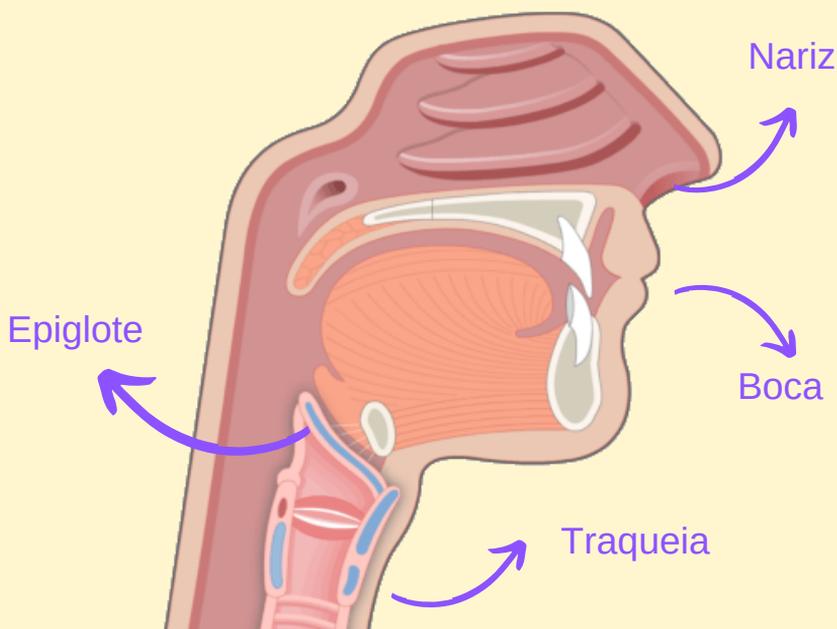


... e o **sistema respiratório**, que inclui o pulmão, e participa da inspiração (quando o ar entra pelo nariz ou pela boca) e da expiração (quando o ar sai pelo nariz ou pela boca).

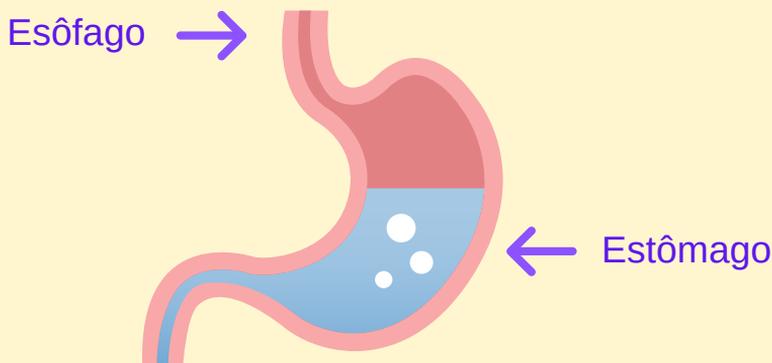


Na garganta, há uma estrutura chamada **epiglote**. Ela é formada por cartilagens e funciona como uma pequena porta, direcionando ar para os pulmões e alimentos e líquidos para o sistema digestório. Ela se abre quando falamos ou respiramos.

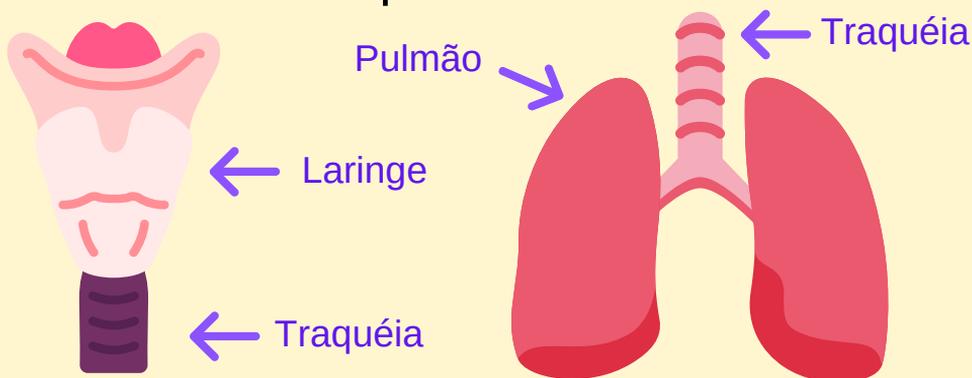
Na imagem abaixo, podemos ver, de lado, onde está a epiglote na garganta.



O **alimento** engolido deve entrar por um tubo chamado **esôfago**. Esse tubo faz a conexão entre a boca e o estômago.



O **ar** deve passar por uma parte da garganta chamada **laringe** e, depois, para o tubo chamado **traquéia**, que faz a conexão do nariz e da boca com os pulmões.



Às vezes, as coisas não acontecem como gostaríamos. Quando a **epiglote** está aberta, por algum motivo, pode ocorrer de alimentos ou objetos irem para a **laringe** ao invés de irem para o **esôfago**, ou ficarem trancados na garganta, **obstruindo** a passagem de ar.

**E AÍ OCORRE O ENGASGO!**



O engasgo é comum em todas as idades, mas ocorre com mais frequência em bebês e em idosos.

# COMO SABER SE ALGUÉM ESTÁ ENGASGADO?

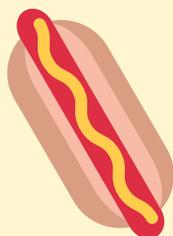
O **sinal universal** de que uma pessoa está engasgada é levar as mãos ao pescoço para pedir ajuda.



Engasgo é sempre uma situação grave, por isso, fique atento aos sinais: **dificuldade para tossir, falar, pânico e, principalmente, para RESPIRAR.**

# ALIMENTOS MAIS COMUNS QUE PODEM CAUSAR ENGASGO

**Cachorro-quente**



**Uva inteira**



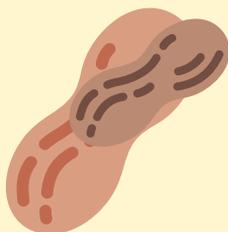
**Bala arredondada**



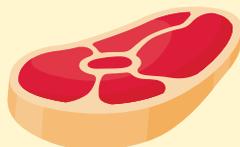
**Pipoca**



**Amendoim**



**Pedaço de carne**



**Cenoura crua**



**Salsicha**



# OBJETOS MAIS COMUNS QUE PODEM CAUSAR ENGASGO

**Anel**



**Moedas**



**Dados**



**Chave**



**Brincos**



**Balão estourado**



# O QUE FAZER QUANDO ALGUÉM ESTÁ ENGASGADO?

No início do engasgo, ocorre o **reflexo da tosse**, ou seja, o corpo da pessoa faz ela tossir sem que ela controle.



Mas há momentos em que precisamos ajudar no desengasgo, como:

- quando a tosse não é suficiente;



- e quando a pessoa não reage (não fala, não chora, não grita).

E agora? O que podemos fazer para ajudar quando alguém está engasgado? É a hora de conhecermos a **manobra de Heimlich!**



O nome da manobra é dito assim:  
**Manobra de "Rái-mi-lixí"**  
(Heimlich).

**Preste atenção ao passo a passo da manobra!**

Identifique o **sinal universal do engasgo:**  
mãos no pescoço.



# 1 PASSO



Fechar bem uma das mãos.

**Imagem:** TuaSaude  
(<https://www.tuasau.de.com/manobra-de-heimlich/>)

# 2 PASSO

Posicionar-se atrás da pessoa com as pernas bem apoiadas e abraçar na altura entre o umbigo e as costelas.



# 3 PASSO

## EM ADULTOS

Pressionar fortemente fazendo força para cima (em movimento de "J").



## EM CRIANÇAS



Ajoelhar-se na altura da criança e abraçá-la por trás da mesma forma.

**4**

**PASSO**

Repetir o movimento até que o objeto seja expulso.



**Certifique-se** dos sinais de desengasgo: tosse, choro ou vômito. Em seguida, acalme a pessoa que ficou engasgada.



## EM BEBÊS



### PASSO

Colocar o bebê apoiado no antebraço com a cabeça para baixo, em seguida, com os dedos indicador e médio, segurar a boca do bebê aberta.



2

## PASSO

Segurar a cabeça do bebê de modo que facilite a manutenção da boca aberta.



3

## PASSO

Dar 5 tapas com a base da mão deslizando entre os ombros do bebê, no meio das costas, em direção à cabeça do bebê.



**Lembre-se:** olhe para o bebê e visualize os sinais de desengasgo: tosse, choro ou vômito. Em seguida, acalme-o.

# O QUE FAZER SE VOCÊ ESTIVER SOZINHO E SE ENGASGAR?



Você tossirá bastante.

Se você continuar engasgado, realize a **manobra de Heimlich.**



Procure algo na altura da sua cintura, como uma cadeira ou uma mesa.

## Após isso, siga os passos:

- 1) Fechar uma das mãos. Colocar a mão na barriga, um pouco acima do umbigo.



Imagem: WikiHow [website]



Imagem: WikiHow [website]

- 2) Cobrir a mão fechada com a outra mão.



Imagem: WikiHow [website]

**3)** Apoiar-se sobre a cadeira ou mesa, como mostra a imagem abaixo. Colocar os punhos entre o móvel e a barriga.



Imagem: WikiHow [website]

**4)** Empurrar a barriga com os punhos de maneira rápida e em forma de J, para dentro e para cima:



Imagem: WikiHow [website]

**5)** Pressionar o corpo contra a cadeira ou contra a mesa.

**6)** Continuar fazendo esse movimento até desengasgar.



Imagem: WikiHow [website]

Depois disso, você voltará a respirar normalmente.

# ONDE BUSCAR AJUDA?

Se você presenciar um engasgo, fique calmo! E tente acalmar a pessoa engasgada.

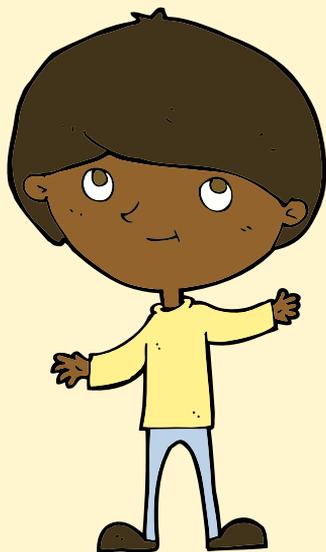
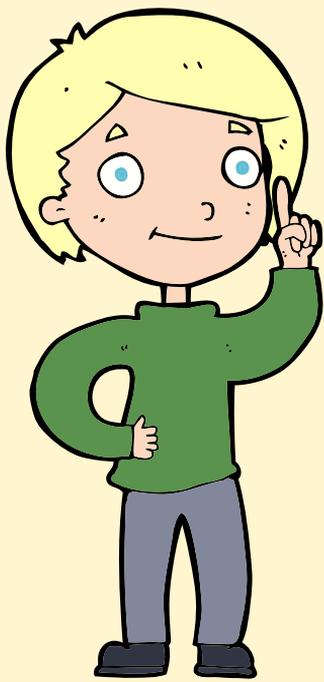
Pegue um celular ou telefone fixo e ligue de graça para número **192**. Esse número é do **SAMU**.



# COMO EVITAR ENGASGOS

**Prestar atenção enquanto estiver comendo.**

Não gritar, não correr, não rir, não falar e não brincar enquanto estiver com a boca cheia!



Comer devagar, **mastigar bem** todos eles e não colocar objetos indevidos na boca!

# O QUE NÃO FAZER QUANDO ALGUÉM ESTÁ ENGASGADO

1) **Não** colocar o dedo na garganta da pessoa para tentar retirar o objeto.



2) **Não** dar água para a pessoa, pois ela não conseguirá beber.



3) Se for uma criança, **não** colocá-la de cabeça para baixo.



4) **Não** oferecer alimento para "ajudar a engolir".

5) **Não** bater nas costas.



# PARA SABER MAIS

Eis alguns **QR CODES** para você saber mais sobre engasgo!



## Manobra de Heimlich

Ministério da Saúde

### Em bebês



### Em adultos





## Autoras e autor



**CAROLINE BUSATTO**



**GABRIEL DE VARGAS BOENO**



**GIOVANNA DA ROSA SOARES**



**NATHALIA BOTTEGA BANALETTI**



**RAPHAELA DE MATOS BORGES**

# Castelinho de Livros

Literatura é a arte que, pelas palavras, transporta o leitor para muitos mundos. A literatura infantil fala para os leitores ainda em formação e, também, para jovens e adultos que compartilham seu tempo com crianças e, deste modo, adentram o mundo da fantasia e da curiosidade, ainda infinita, pela leitura de livros.

Castelinho de Livros é um Programa de Extensão da Universidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre (UFCSPA), que mistura entretenimento e conhecimento de ciências e de humanidades. Esperamos que ajude a responder a algumas das curiosidades que as crianças têm e a despertar outras tantas sequer imaginadas. O Programa tem parceria com a Faculdade de Direito da Fundação Escola Superior do Ministério Público (FMP).

Esta e outras obras estão disponíveis para download gratuito em: <https://editora.fmp.edu.br/>

Leia sem moderação, compartilhe sem limites!

Siga-nos no Instagram:

<https://www.instagram.com/castelinho.ufcspa/>



## Organização, revisão técnica e autoria

**Ana Carolina da Costa e Fonseca** e **Claudia Giuliano Bica** são professoras de Bioética na UFCSPA há mais de dez anos e compartilham disciplinas e interesses. Com formações distintas e complementares, Ana é doutora em Filosofia (UFRGS), e Claudia é bióloga e doutora em Patologia (UFCSPA), adoram trocar ideias e falar de ciência e humanidades para crianças. Ambas são especialistas em literatura infantojuvenil. **Melissa Markoski** é bióloga e professora de Biossegurança da UFCSPA. Atua buscando levar os conceitos e importância da área para a comunidade, fazendo forte divulgação das boas práticas de Biossegurança em mídias sociais.

**Tierre Aguiar Gonçales** é médico (UFCSPA), cirurgião da Marinha do Brasil, e revisa livros infantis nos momentos de folga dos plantões. **Karin Viégas** é enfermeira, doutora em Gerontologia Médica (PUCRS) e professora de enfermagem da UFCSPA e tem experiência na área de emergência. Ambos fizeram a revisão técnica deste livro com muito carinho. **Luiza Bica Belmonte** tem 11 anos, TDAH e é autista (TEA) com altas habilidades, uma delas é perceber detalhes que, como ela mesma diz, não sabe como os adultos não veem. Ela é a revisora mirim do Castelinho de Livros.

Este livro foi produzido na disciplina de Biossegurança e Saúde do Trabalhador, na modalidade EaD-emergencial, por **Caroline Busatto, Gabriel de Vargas Boeno, Giovanna da Rosa Soares, Nathalia Bottega Banaletti e Raphaela de Matos Borges**, alunas e aluno do curso de Enfermagem da UFCSPA.

# Fundação Escola Superior do Ministério Público do Rio Grande do Sul

## **CONSELHO ADMINISTRATIVO** **PRESIDENTE**

Fábio Roque Sbardellotto

**VICE-PRESIDENTE**  
Luciano de Faria Brasil

**SECRETÁRIO**  
Gilberto Thums

**REPRESENTANTE DO**  
**CORPO DOCENTE**  
Alexandre Lipp João

**FACULDADE DE DIREITO**  
**DIRETOR**  
Gilberto Thums

**COORDENADOR DO CURSO**  
**DE GRADUAÇÃO**  
Mauro Luis Silva de Souza

**COORDENADOR DO CURSO**  
**DE MESTRADO**  
Anizio Pires Gavião Filho

## **EDITORA DA FMP** **DIRETOR**

Gilberto Thums

**VICE-DIRETOR**  
Fábio Roque Sbardellotto

**CONSELHO EDITORIAL**  
Ana Carolina da Costa e Fonseca  
Anizio Pires Gavião Filho

Bianca Pazzini  
Carla Carrion Frós  
Fábio Roque Sbardellotto  
Francisco José Borges Motta  
Gilberto Thums  
Raquel Fabiana Lopes Sparemberger  
Renata Maria Dotta

**REVISÃO**  
Rodrigo de Oliveira Lemos



Dados Internacionais de Catalogação na Publicação  
CIP-Brasil. Catalogação na fonte

B976e Busatto, Caroline

Engasgo: um guia. [recurso eletrônico] / Caroline Busatto *et. al.*; organizadoras: Claudia Giuliano Bica; Ana Carolina da Costa e Fonseca e Melissa Medeiros Markoski – Porto Alegre: Editora da FMP, 2022.

Recurso online (44 p. : il.)

Modo de acesso: <https://editora.fmp.edu.br/index.php/efmp/catalog>  
ISBN 978-65-89997-38-2

1. Literatura infantil. 2. Primeiros socorros. I. Busatto, Caroline. II. Boeno, Gabriel de Vargas. III. Soares, Giovanna da Rosa. IV. Banaletti, Nathalia Bottega. V. Borges, Raphaela de Matos. VI. Bica, Claudia Giuliano. VII. Fonseca, Ana Carolina da Costa e. VIII. Markoski, Melissa Medeiros. IX. Título

CDU: 614.88

Bibliotecária Responsável: Cristini Fernandes Borth Klippel - CRB 10/2649

É permitida a reprodução sem fins lucrativos desta obra, parcial ou total, desde que citada a fonte ou o sítio da Internet onde pode ser encontrada:

<https://editora.fmp.edu.br/>

O presente livro foi avaliado e recomendado para publicação por pareceristas e aprovado pelo Conselho Editorial da Editora da FMP para publicação.

**PARA ELABORAR ESTE LIVRO,  
USAMOS A PLATAFORMA CANVA.**

## PARA FAZER ESSE LIVRO, UTILIZAMOS OS TEXTOS ABAIXO:

BRASIL. Ministério da Saúde. Publicado em 03 de abril 2020. **Prevenção aos acidentes domésticos e guia rápido de primeiros socorros.** Disponível em: [https://www.gov.br/mdh/pt-br/assuntos/noticias/2020-2/abril/ministerio-publica-guia-de-prevencao-a-acidentes-domesticos-e-primeiros-socorros/SNDCA\\_PREVENCAO\\_ACIDENTES\\_A402.pdf](https://www.gov.br/mdh/pt-br/assuntos/noticias/2020-2/abril/ministerio-publica-guia-de-prevencao-a-acidentes-domesticos-e-primeiros-socorros/SNDCA_PREVENCAO_ACIDENTES_A402.pdf). Acesso em 22 de fevereiro de 2021.

MOURÃO, Lucia Figueiredo et al. **Estudo da associação entre doenças crônicas naturais do envelhecimento e alterações da deglutição referidas por idosos da comunidade.** Audiol., Commun. Res., São Paulo, v. 21, 2016. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2317-64312016000100319&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2317-64312016000100319&lng=en&nrm=iso). Acesso em: 14 Feb. 2021.

AMERICAN ACADEMY OF PEDIATRICS. **Prevention of Choking Among Children.** *Pediatrics*, [S.L.], v. 125, n. 3, p. 601-607, 22 fev. 2010. Disponível em: <https://pediatrics.aappublications.org/content/125/3/601>. Acesso em: 21 fev. 2021.

BONETTI, Sabrina; GÓES, Fernanda. **O que fazer quando o seu bebê engasgar.** Cartilha USP. Disponível em: [http://gruposdepesquisa.eerp.usp.br/gpecca/cartilha\\_sabrina\\_Final\\_Para\\_distribuicao.pdf](http://gruposdepesquisa.eerp.usp.br/gpecca/cartilha_sabrina_Final_Para_distribuicao.pdf). Acesso em 22 de fevereiro de 2021.

# IMAGENS

Imagens com direitos autorais livres retiradas da plataforma Canva® e PNGKey®.

## Imagens com direitos autorais e autorizadas para uso:

WIKIHOW. **Comment réaliser la manoeuvre de Heimlich sur soi même.** França. Disponível em: <https://fr.wikihow.com/réaliser-la-manoeuvre-de-Heimlich-sur-soi-même>. Acesso em: 14 de fevereiro de 2021.

GET BODY SMART. **The Epiglottis of the Larynx.** Disponível em: <https://www.getbodysmart.com/larynx/epiglottis>. Acesso em: 18 fev. 2021.

Tua Saúde. **Manobra de Heimlich: O que é e como fazer.** Brasil. Disponível em: <https://www.tuasaude.com/manobra-de-heimlich/> . Acesso em 19 de fevereiro 2021.

Tua Saúde. **O que fazer quando o bebê engasga.** Brasil. Disponível em: <https://www.tuasaude.com/o-que-fazer-se-o-bebe-engasgar/> . Acesso em 19 de fevereiro 2021.

