



## KIT DE CASA

Para um kit feito em casa, certifique-se que inclui quaisquer itens pessoais, como medicamentos e números de telefone de emergência ou outros itens que seu prestador de cuidados de saúde possa sugerir.

- Roupas de compressão absorvente
- Fitas adesivas
- Bandagens elásticas
- Tiras de bandagem e bandagens "borboleta" em tamanhos variados
- Pensos de gel bolhas
- Iodine desinfetante
- Supercola
- Compressas não aderentes e gaze rolada em tamanhos variados
- Proteção ocular ou almofada
- Banda triangular de tamanho grande (pode ser usada como uma tala)
- Imobilização de dedo de alumínio
- Pacotes de gelo instantâneos
- Bolas de algodão e cotonnetes
- Luvas descartáveis sem látex, vários pares
- Fita adesiva
- Vaselina ou outro lubrificante
- Sacos plásticos, tamanhos variados
- Alicates de segurança em tamanhos variados
- Tesouras e pinças
- Gel de mãos sanitizante
- Pomada antibiótica
- Solução antisséptica e toalhetes
- Solução para lavagem dos olhos
- Termômetro (preferencialmente digital)
- Sistema de drenagem de feridas para esvaziar feridas



Funded by  
the European Union



- Solução salina estéril para irrigação, lavagem
- Máscara cirúrgica
- Seringa, copo ou colher de medicamentos
- Manual de primeiros socorros
- Peróxido de hidrogênio para desinfetar
- Toalhetes de limpeza sem álcool
- Creme para erupção cutânea (hidrocortisona, calêndula)
- Comprimidos anti-histamínicos
- Tratamento para alívio de picadas de insetos
- Analgésicos (aspirina, paracetamol, ibuprofeno)
- Máscara de bolso para RCP
- Informações médicas de saúde, lista laminada de números de contato pessoais
- Cobertor
- Imobilização de dedo, imobilização SAM (estrutural de alumínio maleável)
- Medicamentos com receita médica
- Lanterna manual ou lanterna de cabeça
- Caderno e marcador permanente
- Sabão

Se tiver crianças, alguns itens que podem ser adicionados ao seu kit doméstico. É importante também manter comprimidos e medicamentos fora do alcance das crianças. Os itens que podem ser adicionados ao kit doméstico são:

- Lenços de limpeza estéreis
- Dispositivo de reanimação
- Ligaduras de gaze estéreis
- Gaze tubular
- Fita microporosa
- Gel calmante para hematomas
- Pomada para queimaduras, pomada para queimaduras solares
- Protetor solar
- Seringa de borrifo
- Kit de higiene dentária (solução salina equilibrada estéril)

Para Mais Informações:  
**ACT-CREST.EU**



Funded by  
the European Union

