

EVITE ACIDENTES AO SE DIVERTIR

- ✓ Confira a profundidade antes de mergulhar em piscinas, rios, açudes ou lagos;
- ✓ Nunca mergulhe de cabeça;
- ✓ Use capacete e equipamentos de segurança apropriados para andar de skate, patins ou bicicleta;
- ✓ Verifique as condições de segurança em brinquedos de parques ou praças;



Homicídios e violência

Dados da UNESCO atestam que o Brasil é o recordista em homicídios por arma de fogo no mundo: um cidadão é morto a cada 12 minutos.

Pense Bem,

Não resolva seus problemas com violência: Use a cabeça, vire-se e caia fora. Não é covardia, é inteligência. Se você tiver arma de fogo em casa, guarde-a em local seguro e fora do alcance das crianças; Não aponte armas de fogo em brincadeiras;

LEMBRE-SE:

As crianças não têm noção de PERIGO.

É seu dever ensiná-las e protegê-las.

Você só tem um corpo e uma única vida. Cuide de você e de quem você ama.



Apoio



Sociedade Brasileira de Neurocirurgia



www.abavc.org.br

Realização



Colaboradores



Secretaria Estadual da Saúde



CRM-PI

Secretaria Estadual para Inclusão da Pessoa com Deficiência

Secretaria Municipal de Saúde

Biomédica NO/NE



Equipes do PSF

Prefeituras Municipais

Associações Comunitárias

Associação Piauiense de Habilitação, Reabilitação e Readaptação - Associação Reabilitar

Ceir - Centro Integrado de Reabilitação
Avenida Higino Cunha, nº 1515, Bairro Ilhotas
CEP 64014-220
Teresina - Piauí
Fone/Fax: (86) 3198 1500

Facebook CeirPiauí Instagram Ceir_Piauí Twitter @amigosdoceir YouTube AmigosdoCeir



PROJETO PENSE BEM TRAUMA

Programa de prevenção ao traumatismo craniano e da coluna vertebral

Use a cabeça para proteger o corpo

Use a cabeça para proteger o corpo

APRESENTAÇÃO

Todos os anos milhares de pessoas sofrem lesões permanentes de cérebro ou medula espinhal no Brasil. As causas mais freqüentes são colisões com veículos, quedas, esportes e recreação (especialmente mergulho), e violência.

O Programa de Prevenção a Lesões de Cérebro e Medula Espinhal da Sociedade Brasileira de Neurocirurgia é um esforço de educação pública de vanguarda destinada a atingir grupo de alto risco para essas lesões.

No Piauí o programa adotou o nome de Pense Bem Trauma e será coordenado pela Associação Reabilitar (Associação Piauiense de Habilitação, Reabilitação e Readaptação), uma entidade sem fins lucrativos qualificada como organização social, reconhecida como entidade de utilidade pública e de interesse social.

O Pense Bem Trauma quer chamar a atenção da sociedade para lembrar que, com medidas preventivas, é possível reduzir os índices desses acidentes que matam e invalidam adultos, jovens e crianças, causando dor e tristeza para as famílias.

Abrace essa idéia, cuide de você e de quem está ao seu lado. Com atenção, prevenção e alguns cuidados você preserva a sua vida, a vida dos outros, e garante a vida toda para trabalhar, se divertir e realizar seus sonhos.



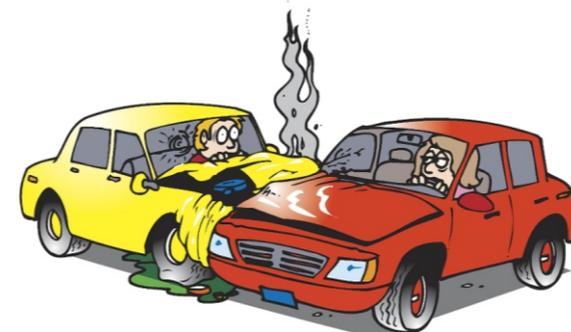
ACIDENTES DE TRÂNSITO

- ✓ O Brasil é 4º país do mundo com maior número de mortes no trânsito. Em 2011, foram registrados 43.256 óbitos;
- ✓ No Piauí, foram 11.758 acidentes, com 6.801 vítimas. De todos os acidentes com vítimas, quase 60% envolvem motocicleta;
- ✓ Em Teresina, foram 1.397 acidentes com vítimas, com 165 óbitos;
- ✓ O álcool está presente em 60% dos acidentes de trânsito.

Dados: Anuário Estatístico de Trânsito - Ano 2011 - Detran-PI

O TRÂNSITO EXIGE CUIDADOS REDOBRADOS

- ✓ Faça revisão do seu carro antes de viajar;
- ✓ Use sempre o cinto de segurança, inclusive no banco traseiro, e exige o mesmo de quem andar no seu carro;
- ✓ Sempre coloque as crianças nos bancos traseiros, em cadeiras apropriadas e usando cinto de segurança;
- ✓ Use capacete apropriado ao andar de motocicleta;
- ✓ Nunca beba antes de dirigir e nem ande em veículo caso o motorista esteja alcoolizado
- ✓ Não ultrapasse os limites de velocidade;
- ✓ Ao dirigir mantenha uma distância de segurança do veículo à sua frente;
- ✓ Use sempre a faixa de pedestre para atravessar as ruas e as passarelas para cruzar rodovias;
- ✓ Evitar deixar crianças sozinhas dentro de automóveis com as chaves na ignição ou mesmo sem as chaves, mas estando o veículo em uma ladeira;
- ✓ Respeite sempre e acredite nas placas sinalizadoras.



O perigo também mora em casa



- ✓ Use o corrimão para subir e descer escadas;
- ✓ Use piso antiderrapante nos banheiros, cozinhas e áreas externas;
- ✓ Para alcançar lugares altos, use uma escada de pés aderentes ao chão;
- ✓ Mantenha uma lanterna em casa, na eventualidade de faltar luz;
- ✓ Jamais deixe crianças trancadas ao sair de casa. Em caso de incêndio, ou outra emergência, elas não terão como fugir;
- ✓ Não fume, mas se fumar, não faça isso na cama, pois o fumante pode adormecer e o cigarro provocar um incêndio;
- ✓ Antes de lavar ou encerar qualquer piso, avise as pessoas da casa ou bloqueio o acesso ao local (com uma cadeira, por exemplo);
- ✓ Ao lavar ou encerar pisos, utilize calçado adequado, que não escorregue;
- ✓ Se você mora em apartamento ou sobrado, coloque grades de proteção nas janelas. Coloque grades de segurança também no alto das escadas.