

Minicurso: noções de primeiros socorros e técnicas de suporte básico de vida (SBV)

Claudiana Donato Bauman¹; Hellen Veloso Marinho Rocha¹, Jean Claude Lafetá¹, Saulo Daniel Mendes Cunha¹, Simone Valéria Dias Souto¹, Viviane Carrasco¹

Data de Submissão: 09/05/2020 Data de Publicação: 19/11/2020

RESUMO

O distanciamento social apresentado como medida não-farmacológica no contexto da pandemia da COVID-19, levou a comunidade acadêmica a tomadas de decisões que se relacionaram à prevenção da doença provocada pelo Sars-Cov-2 (ou novo Coronavírus). O teletrabalho foi instituído pelas instâncias superiores da Universidade Estadual de Montes Claros - UNIMONTES, desde o final da primeira quinzena de março de 2020 e as atividades em Tratamento Excepcional (regime domiciliar), estabelecidas pela Portaria N^o 036 – Reitor/2020 e prorrogadas pelas Portarias N^o 049 e N^o 053 Reitor/2020, foram estabelecidas. Nessa perspectiva, várias ações foram implantadas nas diversas áreas do saber da Universidade, no sentido amenizar as diferenças do ensino de um ambiente presencial em relação à transmissão de informações em ambientes virtuais. Trata-se de um Relato de Experiência, elaborado por uma equipe de professores do Departamento de Educação Física e do Desporto, Bacharelado e Enfermagem da Universidade Estadual de Montes Claros – UNIMONTES, relacionando o eixo Atividade Física e Saúde. A temática foi debatida através da realização de um “Minicurso” e transmitido por meio do canal do *YouTube* do curso de Educação Física da UNIMOMTES, intitulado: “Noções de Primeiros Socorros e Técnicas de Suporte Básico de Vida”. A atividade didática realizada de forma online, oportunizou a aprendizagem, inclusão e troca de experiências, a partir da problematização de situações cotidianas e se mostrou efetiva no sentido de proporcionar conhecimento básico mediante às situações de urgência e emergência e possíveis agravos que demanda conduta de primeiros socorros. Dessa forma, salientamos a importância do compromisso ético desta instituição pública, através do Curso de Educação Física/Bacharelado da Unimontes, de propiciar um momento de disseminação das técnicas e aprendizado para as pessoas, uma vez, que conhecimentos de utilidade pública dessa natureza, são fundamentais para a manutenção da vida, seja em atividades de vida diária ou atividades ligadas à prática profissional do profissional de Educação Física.

Palavras-chave: Noções de primeiros socorros. Técnicas de suporte básico de vida.

INTRODUÇÃO

O distanciamento social apresentado como medida não-farmacológica no contexto da pandemia da COVID-19, levou a comunidade acadêmica a tomadas de decisões que se relacionaram à prevenção da doença provocada pelo Sars-Cov-2 (ou novo Coronavírus).

O teletrabalho foi instituído pelas instâncias superiores da Universidade Estadual de Montes Claros - UNIMONTES, desde o final da primeira quinzena de março de 2020 e as atividades em Tratamento Excepcional (regime domiciliar), estabelecidas pela Portaria Nº 036 – Reitor/2020 e prorrogadas pelas Portarias Nº 049 e Nº 053 Reitor/2020, foram estabelecidas. Nessa perspectiva, várias ações foram implantadas nas diversas áreas do saber da Universidade, no sentido amenizar as diferenças do ensino de um ambiente presencial em relação à transmissão de informações em ambientes virtuais.

Nessa perspectiva, o Curso de Educação Física organizou e desenvolveu uma série de Atividades Didáticas *Online (lives)* que tiveram como objetivo, capacitar, aproximar, informar, além de criar um canal mais íntimo na relação docente/discente, proporcionando atualizações acerca de diversos conteúdos para os futuros profissionais.

No eixo Atividade e Saúde, optou-se por atividades relacionadas a informações quanto aos Primeiros Socorros e Suporte Básico de Vida. Os primeiros socorros a uma vítima se caracteriza pelo atendimento inicial, ocorrendo de forma célere e acertada, por indivíduos capacitados, com o objetivo da manutenção dos sinais vitais e a estabilização da mesma, até a chegada da equipe de socorro especializada ou a entrada no serviço hospitalar (COELHO, 2015).

Evidencia-se a relevância de um primeiro atendimento com qualidade, uma vez que de acordo com as características do agravo, os primeiros momentos são essenciais para uma intervenção efetiva possuindo a capacidade da redução da morbimortalidade (BECKER, 2017).

Ninguém espera por um mal súbito ou um acidente. Dessa forma, o conhecimento acerca de procedimentos básicos relacionando os primeiros socorros, pode trazer segurança e destreza ao socorrista (leigo), proporcionar calma, possibilitar uma melhor avaliação do cenário, assim como as condições da vítima, acionando rapidamente o socorro especializado (Bombeiros 193 e SAMU 192), como aplicar medidas coerentes e procedimentos necessários a fim de se preservar a vida e evitar complicações.

O Suporte Básico de Vida (SBV) é o alicerce para o salvamento de vidas frente a uma parada cardiorrespiratória (PCR) – ou seja, a cessação dos batimentos do

coração, da circulação sanguínea e da respiração, com a perda de consciência. Sua eficácia está diretamente ligada à implantação de uma série de ações, que abarcam o reconhecimento da PCR e ressuscitação cardiopulmonar (RCP) imediata (GONZALEZ, *et al.*, 2013; KLEINMAN *et al.*, 2015;).

A capacitação em primeiros socorros e SBV para leigos é apresentada com grande relevância, uma vez que esses indivíduos farão parte atuarão de forma a preservar a vida (COELHO, 2015).

Nesse contexto, esse trabalho tem como objetivo descrever as experiências vivenciadas por uma equipe de docentes de uma instituição pública de ensino superior acerca da elaboração e realização de um minicurso online sobre Noções de Primeiros Socorros e Suporte Básico de Vida e as atribuições do profissional de educação física frente a pandemia da COVID-19.

METODOLOGIA

Trata-se de um Relato de Experiência, elaborado por uma equipe de professores do Departamento de Educação Física e do Desporto, Bacharelado e Enfermagem da Universidade Estadual de Montes Claros – UNIMONTES, relacionando o eixo Atividade Física e Saúde. A temática foi debatida através da realização de um “Minicurso” e transmitido por meio do canal do YouTube do curso de Educação Física da UNIMOMTES, intitulado: “Noções de Primeiros Socorros e Técnicas de Suporte Básico de Vida”.

A proposta foi elaborada por reuniões prévias ao evento, com a organização didática/dinâmica a ser executada e pela gravação presencial de algumas técnicas de Primeiros Socorros com a participação dos militares do 7º Batalhão do corpo de bombeiros de Montes Claros-MG. As atividades desenvolvidas ocorreram entre junho e julho de 2020, que culminaram no desenvolvimento do minicurso no dia 10 de julho, às 14 horas, sendo transmitido pelo Google Meet com transmissão ao vivo pelo YouTube.

A coordenação e direção do evento contou com seis Professores, duas Acadêmicas, um Técnico de filmagens do Centro de educação à distância (CEAD) da Unimontes e dois Militares do Corpo de Bombeiros. Para o apoio tecnológico e formatação das apresentações e discussões se utilizou o aplicativo WhatsApp.

Este mini curso pode ser acessado pelo link:
<https://www.youtube.com/watch?v=CHffxqmbEgl>.

RESULTADOS

O número de participantes do minicurso, ao longo de toda a transmissão teve uma média de 120 pessoas, com pico em 135 participantes. Após postado no YouTube o mesmo teve aproximadamente 600 visualizações.

A professora Claudiana Donato Bauman iniciou a *live*, agradecendo à comunidade acadêmica (professores, estudantes, etc.) que estava presente no canal, agradeceu também a reitoria da Unimontes, e realizou um agradecimento especial ao 7º Batalhão do corpo de bombeiros de Montes Claros-MG, pela participação enriquecedora no evento.

Após a programação inicial, a professora Hellen Veloso Rocha Marinho pontuou sobre o conceito de primeiros socorros, e ressaltou sobre a necessidade de termos conhecimento teórico e prático em relação à prestação dos primeiros socorros, dando ênfase à uma experiência pessoal (Acidente do seu filho).

O professor Saulo Daniel Mendes Cunha participou da gravação dos vídeos para este curso, e durante a transmissão da *live*, relatou sua experiência de ter representado o papel da vítima que recebeu os atendimentos de primeiros socorros, participando ativamente das simulações em algumas técnicas. Este professor avaliou esta experiência como rica e engrandecedora.

As técnicas de primeiros socorros das principais emergências traumáticas e clínicas foram abordadas inicialmente pelos professores Viviane Carrasco e Jean Claude Lafetá, enfatizando à importância das condutas iniciais da prestação dos primeiros socorros até a chegada o corpo de bombeiros ou equipe do Serviço de Atendimento Móvel de Urgência (Samu). No decorrer do evento, à medida que os vídeos eram transmitidos, estes professores comentavam sobre as técnicas de primeiros socorros e especificidades no ambiente esportivo. Ao final do minicurso, foram sanadas algumas dúvidas dos participantes e o professor Jean, a professora Viviane e os militares Tenente Brunno Leonardo de Castro Maia e o Cabo André Luiz Costa Pimentel, contribuíram com as respostas.

Com o decorrer do evento, evidenciou-se grande interação com o público, no qual diversos temas foram questionados acerca dos procedimentos de primeiros socorros, principalmente relacionados às emergências e urgências traumáticas (fraturas de costelas, Luxação, TCE, TRM) e clínicas (OVACE, desmaio, hiper/hipoglicemia, dentre outros). Da mesma forma, foram discutidos e sanadas dúvidas sobre técnicas específicas no controle hemorrágico com uso de torniquete, bem como os princípios básicos da avaliação de vítimas, principalmente durante a prática esportiva.

DISCUSSÃO

Os profissionais de Educação Física podem atuar em cenários como o que está sendo vivenciado pela população com a pandemia do novo coronavírus. A COVID-19 é uma doença causada pelo coronavírus SARS-CoV-2, que apresenta um quadro clínico que varia de infecções assintomáticas a quadros respiratórios graves (AGÊNCIA NACIONAL DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA, 2020; BRASIL, 2020).

Essa pandemia trouxe à tona diversas percepções e novos cuidados preventivos, principalmente com a saúde. Pessoas de qualquer idade com diversas comorbidades pré-existentes como obesidade, diabetes, cardiopatia, entre outras condições de saúde, precisam redobrar a atenção e as medidas de prevenção à Covid-19. Elas representam os chamados grupos de risco (AGÊNCIA NACIONAL DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA, 2020; BRASIL, 2020).

Sabe-se que a mudança nos hábitos como a prática de atividade física e uma alimentação saudável podem contribuir com a redução de doenças relacionadas ao sedentarismo. Portanto, os profissionais de Educação Física dentro das suas atribuições podem trabalhar com a promoção da saúde para reduzir os agravos das doenças crônicas não transmissíveis contribuindo para a melhora da saúde dos indivíduos.

O Suporte Básico de Vida é o nível específico de assistência pré-hospitalar prestada por profissionais treinados, focado em avaliar rapidamente o estado de um paciente, manutenção vias aéreas, respiração e circulação de um paciente; controle do sangramento externo, evitando o choque; prevenção de novas lesões ou deficiência (CORPO DE BOMBEIROS MILITAR DE MINAS GERAIS. 2013).

É importante que todo profissional da área da saúde tenham conhecimento sobre primeiros socorros, e isso inclui os profissionais de educação física, que podem prestar esse atendimento inicial mediante situações vivenciadas nas práticas diversas de suas funções e em atividades esportivas. Os conhecimentos das noções básicas de primeiros socorros podem salvar vidas até que o atendimento especializado venha ao encontro da vítima.

As pessoas acometidas por situações de urgência e emergência, na maioria das vezes, necessitam de atendimento inicial da comunidade local. Dessa forma, é de extrema importância o treinamento da comunidade em primeiros socorros. Estas pessoas ajudam a reforçar os elos da corrente da sobrevivência pré-hospitalar, permitindo aos pacientes terem maiores chances de sobrevivência e diminuição de sequelas (SAMU, 2014).

Os acidentes e lesões configuram preocupação constante durante a prática regular de exercícios físicos e de diversas modalidades esportivas, tornando-se essencial que os profissionais de Educação Física possam atuar de forma preventiva, bem como estar capacitados para adotar os primeiros socorros, procurando, assim, evitar até a chegada da equipe de resgate ou na ausência dela, as complicações decorrentes de procedimentos inadequados, o que pode promover uma melhor evolução e com maior segurança.

A ocorrência de acidentes é tão antiga quanto o aparecimento do próprio homem e podem ocorrer na rua, em um shopping, e até mesmo dentro de casa. Se falarmos de situações nas quais se pratica atividade física, em academias, nos parques e, principalmente, na escola, o risco de acidentes aumenta ainda mais (SOUZA; TIBEAU, 2008, p. 1).

As emergências são situações graves, que ocorrem de forma súbita e imprevista, necessitando atendimento clínico e cirúrgico imediato, com risco de vida. Já as urgências podem ser consideradas situações também graves, mas necessita uma abordagem médica com maior tempo de atendimento. Estas situações podem ocorrer por diversas intercorrências clínicas (como AVE, parada cardiorrespiratória, dentre outros) ou decorrentes de traumatismos, que podem afetar diversos segmentos corpóreos, tais como traumatismo crânio encefálico, raquimedular, fraturas e luxações de extremidades.

Após os cuidados iniciais e contato com as equipes de resgate, é imprescindível que se estabeleça a natureza da doença (clínico) ou o mecanismo da lesão traumática, pois o exame primário e secundário será realizado com cuidados diferenciados nestas situações. Portanto, quando socorrer vítimas que se encontram inconscientes, sem causa estabelecida ou sofreram algum trauma na cabeça ou tronco, deve-se proteger a coluna vertebral e cabeça (imobilização), para conduzir a sua avaliação (LAFETÁ, 2014).

Devemos ter muita atenção durante o exame e os procedimentos de primeiros socorros adotados nas pessoas que sofrerem fratura ou lesões traumáticas adversas (luxações entre outras), pois o movimento não cuidadoso de um membro fraturado pode converter uma fratura fechada em uma exposta. Além disso, existe um maior risco com a manipulação dos segmentos acometidos, em provocar ruptura muscular, tendínea, nervosa ou vascular.

Durante a prática esportiva podem ocorrer diversas situações de emergência e urgência, bem como lesões esportivas de menor gravidade, tais como entorses, contusões e distensões musculares, que necessitam de uma adequada avaliação inicial e procedimentos dos primeiros socorros. Portanto, os profissionais da Educação Física devem possuir no seu ambiente de trabalho, equipamentos básicos de PS e capacitação para a execução coerente dessas técnicas. Além disso, torna-se essencial que estes profissionais realizem de forma periódica cursos de atualização em Suporte Básico de Vida e Primeiros Socorros.

Neste contexto, o minicurso Noções de Primeiros Socorros e Suporte Básico de Vida foi uma atividade proposta por uma equipe de docentes dos cursos de Educação Física e da Enfermagem da Unimontes, que visou abordar atualidades nos procedimentos adotados de primeiros socorros nas emergências / urgências clínicas e traumáticas relacionadas à prática esportiva. O evento contou na sua elaboração e desenvolvimento com diversos docentes, bem como profissionais que atuam diariamente com atendimento pré-hospitalar de suporte básico de vida (Corpo de Bombeiros de Minas Gerais). Assim, possibilitou um momento ímpar de aprendizagem para os acadêmicos, bem como uma enriquecedora troca de experiências entre os professores universitários e profissionais de atendimento médico de urgência.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A atividade didática realizada de forma online, oportunizou a aprendizagem, inclusão e troca de experiências, a partir da problematização de situações cotidianas e se mostrou efetiva no sentido de proporcionar conhecimento básico mediante às situações de urgência e emergência e possíveis agravos que demandam conduta de primeiros socorros.

Dessa forma, salientamos a importância do compromisso ético desta instituição pública, através do Curso de Educação Física/Bacharelado da Unimontes, de propiciar um momento de disseminação das técnicas e aprendizado para as pessoas, uma vez, que conhecimentos de utilidade pública dessa natureza, são fundamentais para a manutenção da vida, seja em atividades de vida diária ou atividades ligadas à prática profissional do profissional de Educação Física.

REFERÊNCIAS

AGÊNCIA NACIONAL DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA (Brasil). Nota Técnica nº 04/2020. **Orientações para serviços de saúde: medidas de prevenção e controle que devem ser adotadas durante a assistência aos casos suspeitos ou confirmados de infecção pelo novo coronavírus (SARS-CoV-2)**. Atualizada em 31 mar. 2020. Disponível em: encurtador.com.br/amwOY Acesso em: jun. 2020.

BECKER, K. E.; MOLINA, F. C. Primeiros socorros nas escolas: opção ou necessidade? **Anais do Seminário Internacional de Educação-SIEDUCA**, n. 2, 2017.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia de Vigilância Epidemiológica – Emergência de Saúde Pública de Importância Internacional pela doença pelo Coronavírus - 2020**. Disponível em:

<https://portal.arquivos.saude.gov.br/images/pdf/2020/Abril/20/doc-nota-tecnica-covid19---1-.pdf>

BRASIL. Ministério da Saúde. **Protocolo de Suporte Básico de Vida do SAMU**. Brasília 2014.

COELHO, J. P. S. L. Ensino de primeiros socorros nas escolas e sua eficácia. **RevCient ITPAC**, v. 8, n. 1, p. 7, 2015.

CORPO DE BOMBEIROS MILITAR DE MINAS GERAIS (Minas Gerais). **Instrução Técnica Operacional n.23 - Protocolo de Atendimento Pré-Hospitalar**. Corpo de Bombeiros Militar de Minas Gerais. Belo Horizonte, 2013. 169p.

GONZALEZ, M. M; *et al*./I diretriz de ressuscitação cardiopulmonar e cuidados cardiovasculares de emergência da Sociedade Brasileira de Cardiologia: resumo

executivo. **Arq Bras Cardiol.** [Internet] 2013 fev. [acesso em 2020 ago. 21]; 100(2):105-113. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo>

KLEINMAN, M. E.; *et al.* Part 5: Adult basic life support and cardiopulmonary resuscitation quality. **Circulation.**2015;132(Suppl.2):S414-35.<https://doi.org/10.1161/CIR.0000000000000259>

LAFETA, J. C. **Higiene e Primeiros Socorros na Educação Física.** Montes Claros: Editora Unimontes, 2014. 88 p.

SOUZA, P. J. de; TIBEAU, C. Acidentes e primeiros socorros na Educação Física escolar. **Efdeportes Revista Digital,** Buenos Aires, 13 (127), 2008. Disponível em: <http://www.efdeportes.com>. Acesso em mai. 2014.