

UFCD 4283: Saúde e socorrismo

Formadora: Enfª. Carla Freitas

01/03/2021



1

Objetivos

- Identificar os estados da saúde humana e os fatores condicionantes;
- Compreender os mecanismos de transmissão de doenças;
- Compreender o conceito de sobrevivência;
- Compreender o sistema integrado de emergência médica;
- Identificar a sequência de procedimentos que permitem executar o SBV;

01/03/2021

2

Conteúdos

- Conceito de saúde
- Os comportamentos humanos
- Fatores condicionantes da saúde: recursos, serviços, sistemas, valores
- Saúde pública: objetivo, modos de atuação, tipos
- Saúde e homeostasia
- Estados da saúde humana: hígido, mórbido, patogénico
- Serviços de saúde e cuidados de saúde

01/03/2021

3

Conteúdos

- Cadeia de sobrevivência: Suporte Básico de Vida (SBV) precoce, desfibrilhação precoce, Suporte Avançado de Vida (SAV) precoce
- O sistema integrado de emergência médica: INEM, 112, CODU, CIAV
- SBV: conceito, etapas e procedimentos, posicionamento, sequência de ações, problemas associados.
- Posição lateral de segurança

01/03/2021

4

Teste diagnóstico

O que é ter saúde?

O que é estar doente?

O que é ser saudável?

01/03/2021

5

Conceito de Saúde

A saúde é a ausência de doença????

Reparamos que temos saúde?...

... Ou reparamos quando estamos doentes?

A saúde é silenciosa...

01/03/2021

6

“...é mais fácil convencer alguém que sofre a consultar o médico, do que alguém que não sofre a mudar de hábitos nocivos, a pensar num futuro longínquo, até porque os hábitos se tornaram muitas das vezes automáticos, inseridos num quotidiano e de difícil alteração”

LALONDE (1974)

7

A evolução do conceito de saúde

Na antiguidade

- A saúde como uma dádiva de Deus e a doença como um castigo;

Hipócrates (400 AC)

- Tratado “os ares e os lugares” - a saúde ou a doença estava relacionada aos locais de moradia, a água consumida e o vento;

8

A evolução do conceito de saúde

Até ao sec. XIX

- Teoria dos “miasmas” - a doença era transmitida pelos “gases” dos animais e dejetos em decomposição;

No final do século XIX

- Teoria microbiana - a multicausalidade das doenças;

01/03/2021

9

Saúde vs doença

Saúde

- Estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não apenas a ausência de doença ou enfermidade (Organização Mundial da Saúde, 1948)

01/03/2021

10

Saúde vs doença

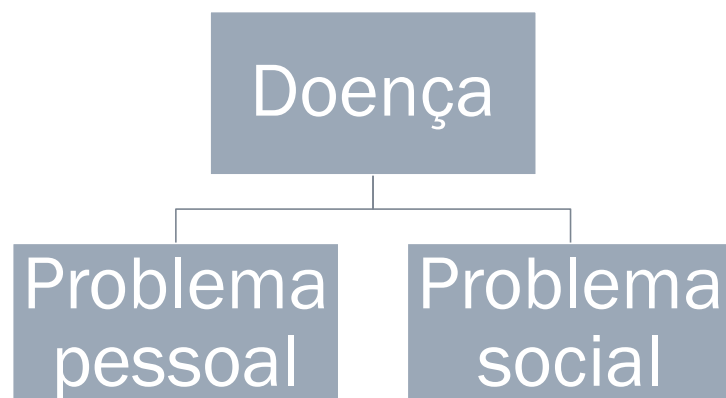
Conceito de saúde (OMS) - aspectos fundamentais:

- Saúde não é apenas a ausência de doença;
- Saúde é um conceito positivo;
- Saúde não pode ser reduzida a questões físicas, tendo em conta as condições globais da vida humana – que incluem as dimensões biológicas, sociais e psicológicas.

01/03/2021

11

Saúde vs doença



01/03/2021

12

A saúde enquanto direito

A **saúde** é um **direito universal**, inerente ao ser humano sendo ela a base essencial ao desenvolvimento humano.

“Toda a pessoa tem direito a um nível de vida suficiente para assegurar a si e à sua família, a saúde e o bem-estar, principalmente quanto à alimentação, ao vestuário, ao alojamento, à assistência médica.”

(Artigo 25.º da Declaração Universal dos Direitos Humanos)

01/03/2021

13



01/03/2021

14

Em Portugal...

Todos têm direito à proteção da saúde e o dever de a defender e promover.

Constituição da República Portuguesa – Artigo 64.

o

O direito à proteção da saúde é realizado:

- a) Através de um **serviço nacional de saúde universal e geral** e, tendo em conta as condições económicas e sociais dos cidadãos, **tendencialmente gratuito**.

01/03/2021

15



01/03/2021

16

Evolução das concepções de saúde

Concepção assistencialista de saúde

- A saúde como da ausência de doença
- Assistência médica aos que adoecem

Concepção preventiva de saúde

- Ação de prevenção - é importante evitar que os indivíduos adoçam
- Enfatiza ações de detecção precoce e controle dos fatores que causam as doença

01/03/2021

17

Evolução das concepções de saúde

Concepção de promoção de saúde

- Foco de atenção: vida do indivíduo e da comunidade.
- Procura modificar as condições de vida para que sejam dignas e adequadas.

Promover saúde significa **investir no processo de capacitação** da comunidade para atuar na melhoria da sua qualidade de vida e saúde, incluindo maior participação do sujeito e da comunidade no **controle das suas próprias condições de saúde e de vida**.

01/03/2021

18

De que depende a nossa saúde? Que “fatores” a influenciam?

Poderá alguém ter uma vida saudável se o meio onde está inserido, não oferece água potável?

Poderá alguém ter uma vida saudável...

... se não aferir de rendimentos suficientes para se alimentar, acesso a educação e a cuidados de saúde?

... se não tiver tempo de desfrutar de momentos de lazer ou de liberdade suficiente para desfrutar das suas escolhas e desejos de vida...?

01/03/2021

Conceito de saúde

Determinantes de saúde

- Os fatores que influenciam, afetam ou determinam a saúde dos cidadãos e dos povos.
- Razão, o motivo, causa ou o que leva uma pessoa a saudável.

01/03/2021



01/03/2021

21

Determinantes de saúde

Fixos ou biológicos

- Idade, sexo, fatores genéticos

Sociais e económicos

- Pobreza, emprego, posição socioeconómica, exclusão social

Ambientais

- Habitat, qualidade do ar, qualidade da água, ambiente social

01/03/2021

22

Determinantes de saúde

Estilos de vida

- Alimentação, atividade física, tabagismo, álcool, comportamento sexual

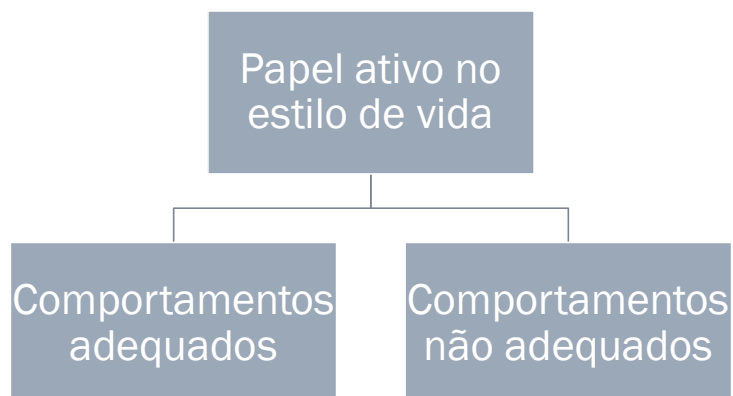
Acesso aos serviços

- Educação, saúde, serviços sociais, transportes, lazer

01/03/2021

23

Em relação à própria saúde...



01/03/2021

24

De que depende a nossa saúde? Que “fatores” a influenciam?

Poderá alguém ter uma vida saudável se o meio onde está inserido, não oferece água potável?

Poderá alguém ter uma vida saudável...

... se não aferir de rendimentos suficientes para se alimentar, acesso a educação e a cuidados de saúde?

... se não tiver tempo de desfrutar de momentos de lazer ou de liberdade suficiente para desfrutar das suas escolhas e desejos de vida...?

01/03/2021

25

Determinantes Sociais da Saúde

Determinantes Sociais da Saúde

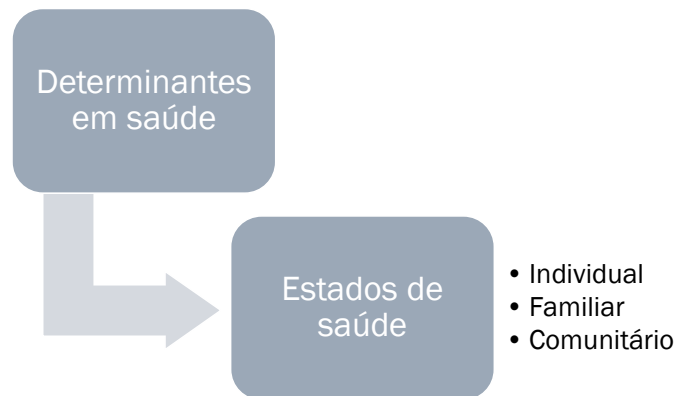
- Condições em que as pessoas nascem, crescem, vivem, trabalham e envelhecem, incluindo o sistema de saúde (OMS).
- fatores sociais, econômicos, culturais, étnicos/raciais, psicológicos e comportamentais que influenciam a ocorrência de problemas de saúde e seus fatores de risco na população (CNDSS)
- São responsáveis pelas diferenças injustas e evitáveis entre pessoas e países.

A **saúde** é um **processo social** e os aspetos sociais e as decisões políticas interferem nas condições de vida e na saúde das populações, além de “favorecer” o adoecimento.

01/03/2021

26

Determinantes de saúde



01/03/2021

27

Quais as causas mais frequentes de morte?

Nos países desenvolvidos?...

... E nos países em desenvolvimento?

01/03/2021

28

SOCIAL DETERMINANTS OF HEALTH



01/03/2021

29



Determinantes sociais da saúde

01/03/2021

30



01/03/2021

31

De entre os determinantes da saúde, os estilos de vida saudáveis ocupam um lugar de relevo pela aparente facilidade que apresentam na obtenção de mais ganhos em saúde

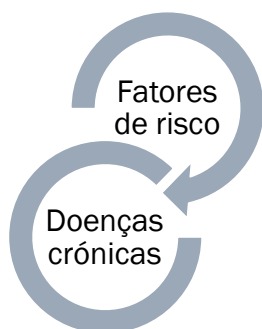


A OMS reconhece que as doenças crônicas não transmissíveis representavam 60% de todas as causas de morte e que eram geradoras de 47% dos encargos gerais com a saúde.

01/03/2021

32

Doenças crónicas e morte prematura



Doenças crónicas

- Doenças com expressão epidémica que exibem curvas crescentes e descontroladas.
- Estão associadas a comportamentos



Constituem graves problemas de saúde pública.

São as principais causas de morte prematura

01/03/2021

33

EUROSTAT

Morte prematura. Dois terços das mortes abaixo dos 75 anos na UE podiam ter sido evitadas

As causas de morte mais comuns nos estados membros, entre a população abaixo dos 75 anos, são as doenças coronárias, cancro colorretal, cancro da mama, AVC e pneumonia. Em 2016, estas cinco causas foram responsáveis por mais de metade (65%) das mortes com tratamento no espaço europeu.

Cancro do pulmão lidera em mortes evitáveis

Na União Europeia, por cada 100 mil habitantes, 37 morrem de cancro do pulmão, 19 de doenças coronárias, cerca de 12 por intoxicação alcoólica e 10 com AVC e doença pulmonar obstrutiva crónica.

Mais de 23 mil pessoas abaixo dos 70 anos morrem em Portugal a cada ano

🕒 Este artigo tem mais de 1 ano

Registaram-se 23.306 óbitos em pessoas com menos de 70 anos, mais de 20% do total da mortalidade. Das mais de 23 mil mortes prematuras, o maior número de casos é por doenças oncológicas.

[Causas de morte em 2020](#)

Mais de 23 mil pessoas com menos de 70 anos morrem em Portugal a cada ano, o que equivale a quase 300 mil anos potenciais de vida perdidos.

01/03/2021

34



01/03/2021

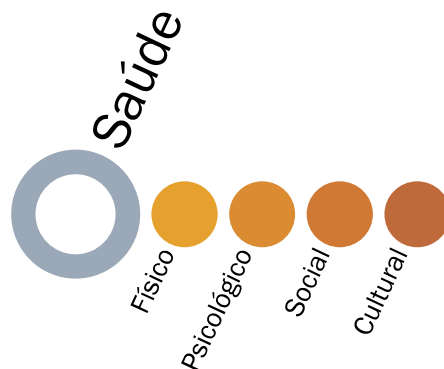
35

“A saúde começa em casa, na família, na comunidade e na sociedade.”

UM FUTURO PARA A SAÚDE. GULBENKIAN, 2014

01/03/2021

36



01/03/2021

37

Prevenção E Controlo Das Doenças Crónicas Não Transmissíveis

Prioridades:

- Acesso Aos Serviços
- Literacia
- Alimentação
- Exercício Físico
- Redução Do Tabagismo
- Diminuição Do Consumo De Álcool

01/03/2021

38

Saúde pública

Enfatiza a promoção e proteção da saúde e a prevenção e tratamento da doença.

Saúde Pública

- “A arte e a ciência de prevenir a doença, prolongar a vida e promover a saúde através de esforços organizados da sociedade” (Acheson, 1988; OMS).

01/03/2021

39



01/03/2021

40

Saúde Pública

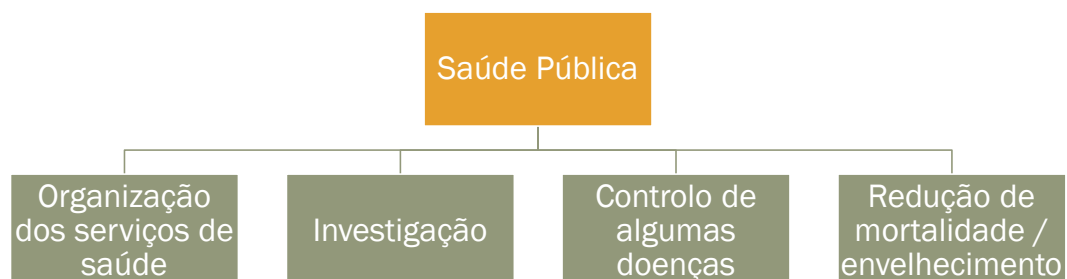
Objetivos:

- Proteger e promover a saúde das populações e prevenir a doença, num esforço concertado de toda a sociedade para melhorar o nível de saúde e bem-estar
- Diminuir as desigualdades, nomeadamente as desigualdades sociais em saúde

01/03/2021

41

Saúde pública



01/03/2021

42

Desafios à saúde pública

- Prevalência crescente das doenças crónicas
- Envelhecimento
- Doenças emergentes e reemergentes (sobretudo a resistência dos agentes patogénicos aos antimicrobianos),
- Desigualdades em saúde,
- Alterações climáticas
- Mobilidade crescente da população

Exigem soluções a nível social, político, cultural e económico

01/03/2021

43

Agentes de saúde pública

- Governo e Autarquias
- Serviço Nacional de Saúde
- Setores Social (como Instituições Particulares de Solidariedade Social) e Privado da Saúde
- instituições da Educação, Ciência e Investigação;
- Organizações de Proteção Ambiental;
- Associações de Profissionais e de Cidadãos;
- Organizações Não-Governamentais;
- Farmácias;
- Setor Empresarial;
- Cidadãos Não-Organizados
- Comunicação Social
- Entre outros.

01/03/2021

44

Saúde e homeostasia

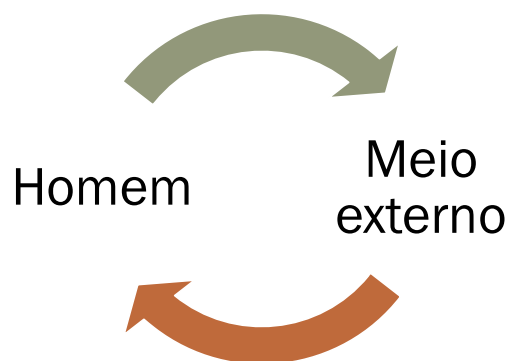
Homeostasia

- Propriedade de um sistema aberto para regular o seu ambiente interno de forma a manter uma condição estável, mediante múltiplos ajustes de equilíbrio dinâmico controlados por mecanismos de regulação inter-relacionados.

01/03/2021

45

Saúde e homeostasia



A interação da saúde-doença vai além do fator fisiológico.

É afetada por fatores externo:

- Como agentes patogénicos
- Condições sociais
- ...

01/03/2021

46

Estados de saúde humana

Hígido	Mórbido	Patogénico
• Boa saúde	• Doença ou condição que prejudica a saúde	• Que causa doença

01/03/2021

47

Níveis de prevenção em saúde

- I. Prevenção primordial
- II. Prevenção primária
- III. Prevenção secundária
- IV. Prevenção terciária
- V. Prevenção quaternária

01/03/2021

48

Níveis de prevenção em saúde

I. Prevenção Primordial

Objetivo: Evitar o surgimento e o estabelecimento de estilos de vida que aumentem o risco de doença.

Como? Elaboração e aplicação de políticas e programas de promoção de “determinantes positivos de saúde”, na população em geral e em grupos selecionados.

Exemplos:

- Legislação para criação de espaços livres de fumo do tabaco
- Plano nacional de saúde escolar (PNSE)
- Plano nacional para a ação ambiente e saúde (PNAAS)

01/03/2021

Níveis de prevenção em saúde

II. Prevenção Primária

Objetivo: Evitar ou remover fatores de risco ou causais antes que se desenvolva o mecanismo patológico que levará à doença.

Como? Recorre a meios dirigidos ao nível individual, a grupos selecionados ou à população em geral.

Exemplos:

- Imunização (vacinação) contra algumas doenças infectocontagiosas
- Uso de preservativos para a prevenção de doenças sexualmente transmissíveis
- Uso de seringas descartáveis pelos toxicodependentes

01/03/2021

Níveis de prevenção em saúde

III. Prevenção Secundária

Objetivo: Detecção precoce de problemas de saúde em indivíduos presumivelmente doentes, mas assintomáticos para a situação em estudo e implementar medidas com vista ao restabelecimento da saúde

Como? Através da existência de um período de detecção precoce suficientemente longo (período pré-clínico ou assintomático) e facilmente detetável

Exemplos:

- Rastreio dos cancros do colo do útero, da mama, da próstata, do cólon e reto
- Rastreio da fenilcetonúria no recém-nascido
- Rastreio e vigilância da pressão arterial, glicémia ou dislipidémia

01/03/2021

51

Níveis de prevenção em saúde

IV. Prevenção Terceária

Objetivo: Limitar a progressão da doença, evitar ou diminuir as consequências ou complicações da doença, promover a adaptação do doente às consequências inevitáveis e prevenir recorrências da doença, ou seja, controla-la e estabilizá-la.

Como? Ação conjunta da medicina preventiva e da medicina curativa.

Exemplos:

- Educação social
- Políticas de reintegração
- Adaptação de infraestruturas

01/03/2021

52

Níveis de prevenção em saúde

V. Prevenção Quaternária

Assenta num conjunto de evidências e argumentos de contexto muito actual e premente.

Factos:

1. Envelhecimento da população >> aumento das doenças degenerativas e neoplásicas >> aumento das necessidades de cuidados
2. Alterações na dinâmica familiar >> institucionalização de idosos e internamentos prolongados
3. Inovação científica e tecnológica >> exigente na verificação experimental e suporte financeiro
4. Expectativas da população >> exigência de mais e melhores cuidados de saúde
5. “Medicina defensiva!” >> excesso de exames complementares de diagnósticos, distanásia
6. “Medicalização” dos fatores de risco

01/03/2021

53

Níveis de prevenção em saúde

V. Prevenção Quaternária

Assenta num conjunto de evidências e argumentos de contexto muito actual e premente.

Consequências:

1. Sociedade “dependente” e “medicalizada”
2. “Rotulagem” indevida
3. Iatrogenia
4. Custos crescentes e desperdício em saúde

01/03/2021

54

Níveis de prevenção em saúde

V. Prevenção Quaternária

Assenta num conjunto de evidências e argumentos de contexto muito actual e premente.

Objetivos:

- Evitar o excesso de intervencionismo médico e suas consequências
- Detetar indivíduos em risco de sobretratamento para os proteger de novas intervenções médicas inapropriadas
- Sugerir alternativas eticamente aceitáveis por forma a curar sem dano
- Capacitar os cidadãos quanto às implicações do consumo inapropriado
- Analisar as decisões clínicas

Evitar ou atenuar o excesso de intervencionismo médico: atos desnecessários ou injustificados, “passivos” ou “ativos”.

01/03/2021

55

Serviços de saúde e cuidados de saúde

Cuidados de saúde

- Conjunto organizado de atividades médicas e paramédicas, gerais e de especialidades, prestadas à população de forma coordenada, com o objetivo de assegurar a cada indivíduo o melhor nível de saúde, através da promoção da saúde e da prevenção da doença
- São prestados por serviços e estabelecimentos do Estado ou, sob fiscalização deste, por entidades públicas ou por entidades privadas, sem ou com fins lucrativos.

01/03/2021

56

Serviços de saúde e cuidados de saúde

Tipos de cuidados de saúde:

1. Cuidados de saúde primários
2. Cuidados de saúde secundários
3. Cuidados de saúde terciários
4. Cuidados continuados

01/03/2021

57

Serviços de saúde e cuidados de saúde

1. Cuidados de saúde primários

- Intervenções médicas, paramédicas e médico-sociais
- Promoção da saúde e prevenção da doença,
- Diagnóstico e tratamento elementar
- Triagem ou encaminhamento para instituições especializadas.

2. Cuidados de saúde secundários ou hospitalares

- Diagnóstico ou tratamento através de recursos mais diferenciados

01/03/2021

58

Serviços de saúde e cuidados de saúde

3. Cuidados terciários

- Conjunto de atividades médicas e médico-sociais visando a limitação das sequelas e a reabilitação física, psíquica e social dos diminuídos.

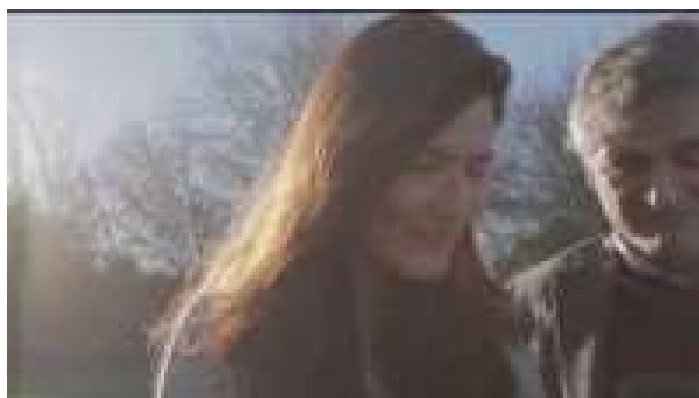
4. Cuidados continuados

- Intervenções sequenciais de saúde e/ou apoio social, decorrente da avaliação conjunta, centradas na recuperação global das pessoas com perda de funcionalidade, ou em situação de dependência, em qualquer idade, que se encontrem afetadas na estrutura anatômica ou nas funções psicológica ou fisiológica, com limitação acentuada na possibilidade de tratamento curativo de curta duração, suscetível de correção, compensação ou manutenção e que necessitem de cuidados complementares e interdisciplinares de saúde de longa duração.

01/03/2021

59

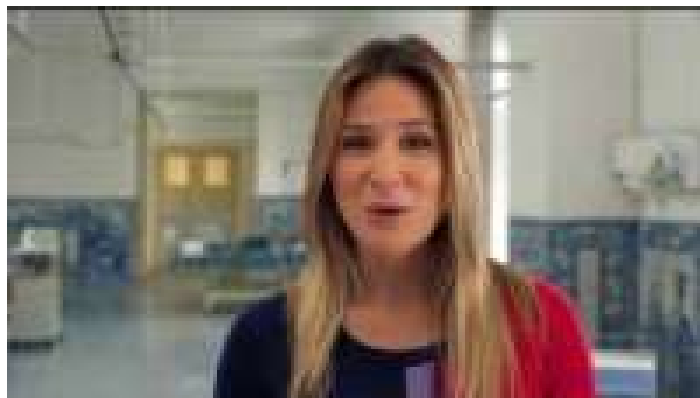
SNS



01/03/2021

60

Como está a saúde em Portugal?



01/03/2021

61

UFCD 4283: Saúde e socorrismo

Formadora: Enfª. Carla Freitas



01/03/2021

enf.carlamfreitas@gmail.com

62

Objetivos

- Compreender o conceito de sobrevivência;
- Compreender o sistema integrado de emergência médica;
- Identificar a sequência de procedimentos que permitem executar o SBV;

01/03/2021

63

Conteúdos

- Cadeia de sobrevivência: Suporte Básico de Vida (SBV) precoce, desfibrilhação precoce, Suporte Avançado de Vida (SAV) precoce
- O sistema integrado de emergência médica: INEM, 112, CODU, CIAV
- SBV: conceito, etapas e procedimentos, posicionamento, sequência de ações, problemas associados.
- Posição lateral de segurança

01/03/2021

64

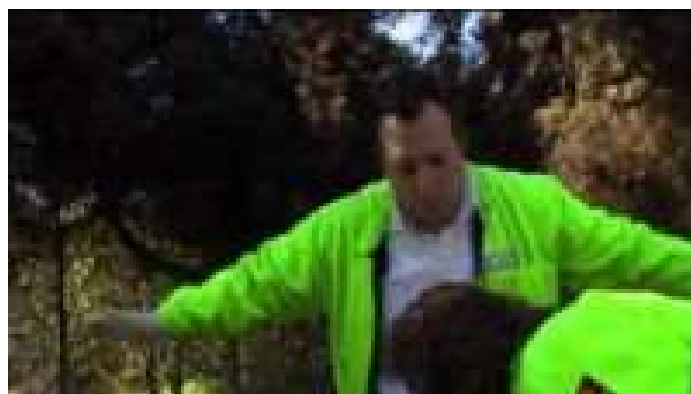
Cadeia de sobrevivência



A Cadeia de Sobrevivência é composta por **quatro elos de igual importância**, que traduzem o conjunto de procedimentos vitais para recuperar uma vítima de paragem cardiorrespiratória.

01/03/2021

65



01/03/2021

66

Paragem cardiorrespiratória - PCR

PCR

- Acontecimento repentino
- Interrupção ou falência súbita das funções cardíaca e respiratória.

Uma das principais causas de morte
Afeta entre 55-113 pessoas /100,000 habitantes

01/03/2021

67

Paragem cardiorrespiratória - PCR

Sinais

A vítima:

- Não reage a estímulos:
- Inconsciente
- Não responde
- Não respira ou não respira normalmente

01/03/2021

68

Paragem cardiorrespiratória - PCR

Causas

- Diversas
- Cardíacas
 - Alterações graves do ritmo cardíaco
 - EAM - Enfarte Agudo do Miocárdio (ataque cardíaco)
- Respiratórias:
 - Obstrução da via aérea por corpo estranho ou engasgamento
 - Afogamento

01/03/2021

69

Enfarte Agudo do Miocárdio

Ocorre devido a uma interrupção da circulação sanguínea numa região do coração.

Principais sintomas

- Dor persistente no peito, com uma sensação de aperto que pode passar para o braço, queixo ou costas
- Mal-estar geral
- Sensação de falta ar
- Náuseas

01/03/2021

70

Cadeia de sobrevivência



O funcionamento adequado de cada elo e a articulação eficaz entre os vários elos é vital para que o resultado final seja uma vida salva

01/03/2021

71

Acesso precoce ao Sistema Integrado de Emergência Médica (SIEM) – 112

O rápido acesso ao SIEM assegura o início da Cadeia de Sobrevivência. Cada minuto sem se chamar o socorro reduz a possibilidade de sobrevivência da vítima. Por isso, é fundamental ligar 112 e colaborar com o operador.

Início precoce de Suporte Básico de Vida (SBV)

Para aumentar a probabilidade de sobrevivência de uma vítima de paragem cardiorrespiratória é fundamental iniciar de imediato manobras de SBV.



01/03/2021

72

Desfibrilhação Precoce

A maioria das PCR no adulto ocorrem devido a perturbações do ritmo cardíaco. O único tratamento eficaz é a desfibrilhação, que quando aplicada precocemente alcança uma alta taxa de sucesso.

Estabilizar – Suporte Avançado de Vida (SAV) precoce

O Suporte Avançado de Vida permite, através de cuidados médicos avançados, conseguir uma ventilação e uma circulação mais adequadas. Idealmente, o SAV deverá ser iniciado ainda na fase pré-hospitalar e continuado no hospital.

Cada um dos elos da cadeia de sobrevivência é vital e todos têm a mesma importância. De nada serve ter o melhor SAV se quem presencia a PCR não souber ligar 112!



01/03/2021

73



Que informação devo dar à pessoa que atende o telefone de emergência?

Informar de forma simples e clara:

- O tipo de situação (doença, acidente, parto, etc.);
- A gravidade aparente da situação;
- O número, o sexo e a idade aparente das pessoas a necessitar de socorro;
- As queixas principais e as alterações que observa;
- O número de telefone do qual está a ligar;
- A localização exata e, sempre que possível, pontos de referência;
- A existência de qualquer situação que exija outros meios para o local, por exemplo, libertação de gases, perigo de incêndio, etc.

01/03/2021

74



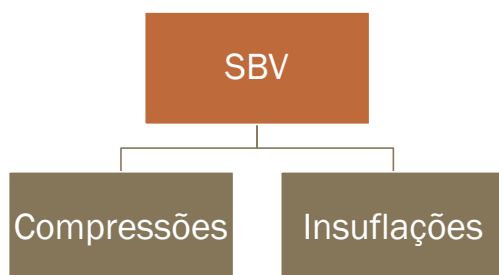
Que informação devo dar à pessoa que atende o telefone de emergência?

- Desligue apenas quando o operador indicar.
- É importante lembrar que o 112 é o Número Europeu de Emergência, sendo comum, para além da saúde, a outras situações, tais como incêndios, assaltos, etc.;
- A chamada será atendida pela Central de Emergência 112.
 - Nas situações emergência médica, a chamada será transferida para o Centro de Orientação de Doentes Urgentes do INEM.

01/03/2021

75

Suporte básico de vida - SBV



Permite ganhar tempo, mantendo alguma circulação e alguma ventilação na vítima, até à chegada de socorro.

O **início imediato** de manobras de SBV pode **duplicar as hipóteses de sobrevivência da vítima.**

01/03/2021

76

Suporte básico de vida - SBV

Algoritmo de SBV → simplificação de procedimentos

1. Avaliar as condições de segurança
2. Avaliar o estado de consciência
3. Permeabilizar a via aérea
4. Avaliar respiração
5. Ligar 112
6. Realizar compressões torácicas
7. Realizar insuflações
8. Manter SBV

01/03/2021

77

1. Avaliar as condições de segurança: reanimador, vítima e terceiros

O reanimador deve assegurar-se de que não irá correr nenhum risco ou perigo.

- Ambiental (ex. choque elétrico, derrocadas, explosão, tráfego);
- Toxicológico (ex. exposição a gás, fumo, tóxicos);
- Infecioso (ex. tuberculose, hepatite, covid-19).



01/03/2021

78

2. Avaliar o estado de consciência

- Coloque-se lateralmente em relação à vítima, se possível.
- Abane os ombros com cuidado e pergunte em voz alta: “Está-me a ouvir?”



01/03/2021

79

2. Avaliar o estado de consciência

No caso de vítima reativa:

Garantir a inexistência de perigo para a vítima;

Mantê-la na posição encontrada;

Identificar situações causadoras da aparente alteração do estado da vítima;

Solicite ajuda (ligue 112), se necessário;

Reavalie com regularidade.

01/03/2021

80

2. Avaliar o estado de consciência

No caso de vítima não reativa:

- Permeabilizar a Via Aérea (VA)
- Colocar a vítima em decúbito dorsal;
- Colocar uma mão na testa e inclinar a cabeça para trás (extensão da cabeça);
- Elevar o queixo usando os dois dedos da outra mão colocados debaixo do queixo.



01/03/2021

81

4. Avaliar a respiração

Mantendo a VA permeável, verificar se a vítima respira normalmente:

- Ver, Ouvir e Sentir até 10 segundos:
 - **Ver** os movimentos torácicos;
 - **Ouvir** os sons respiratórios saídos da boca/nariz;
 - **Sentir** o ar expirado na face do reanimador.



01/03/2021

82

4. Avaliar a respiração

- Se a vítima respirar normalmente, coloque-a em Posição Lateral de Segurança (PLS).
- Se não respirar normalmente, ligar 112.

Nos primeiros minutos após PCR a vítima ainda pode apresentar respirações lentas, ruidosas e irregulares. Respiração com estas características não é respiração normal!

Em caso de dúvida da “normalidade” da respiração, deve-se atuar como se a vítima não respirasse.

01/03/2021

83

5. Ligar 112

No caso de vítima reativa:



Se a vítima não responde e não tem respiração normal ativa, de imediato, o serviço de emergência médica (112).

- Na presença de vários socorristas: um deles contacta os serviços de emergência, enquanto outro inicia as manobras de SBV;
- No caso de apenas um socorrista, o desejável é que não abandone nem atrase o auxílio à vítima.

01/03/2021

84

6. Realizar compressões torácicas

Realize 30 compressões deprimindo o esterno 5-6 cm.

Ritmo: pelo menos 100 por minuto e não mais que 120 por minuto.

No decurso da PCR o sangue que se encontra retido nos pulmões e no sistema arterial permanece oxigenado por alguns minutos.
As compressões torácicas mantêm o fluxo de sangue para o coração, o cérebro e outros órgãos vitais.

01/03/2021

85

6. Realizar compressões torácicas

- Posicionar-se ao lado da vítima;
- Certificar-se que a vítima está deitada de costas, sobre uma superfície firme e plana;
- Afastar/remover as roupas que cobrem o tórax da vítima;
- Posicionar-se verticalmente acima do tórax da vítima;
- Colocar a base de uma mão no centro do tórax (sobre a metade inferior do esterno);
- Colocar a outra mão sobre a primeira entrelaçando os dedos;
- Manter os braços e cotovelos esticados, com os ombros na direção das mãos;

01/03/2021

86

6. Realizar compressões torácicas

- Aplicar pressão sobre o esterno, deprimindo-o 5-6 cm a cada compressão;
- Aplicar 30 compressões de forma rítmica a uma frequência de pelo menos 100 por minuto, mas não mais do que 120 por minuto;
- No final de cada compressão garantir a descompressão total do tórax sem remover as mãos;
- Nunca interromper as compressões mais do que 10 segundos.



01/03/2021

87

7. Realizar insuflações

Após 30 compressões deve efetuar 2 insuflações (com duração de 1 segundo).

- A insuflação, quando eficaz, provoca elevação do tórax
- Evitar insuflações rápidas e forçadas;
- A posição incorreta da cabeça pode impedir a insuflação adequada por obstrução da via aérea;



O ar exalado pelo reanimador contém aproximadamente 17% de oxigênio e 4% de dióxido de carbono.



01/03/2021

88

7. Realizar insuflações

Insuflações boca a boca

- Posicionar-se ao lado da vítima;
- Permeabilizar a Via Aérea (VA);
- Aplicar 2 insuflações na vítima, mantendo a VA permeável:

No final das duas insuflações, volte rapidamente a colocar as suas mãos na posição correta no esterno e repita mais 30 compressões torácicas.



01/03/2021

7. Realizar insuflações

Insuflações boca a boca

- Manter a VA permeável:
 - Comprima as narinas usando o dedo indicador e o polegar da mão que colocou na testa;
 - Permita que a boca se abra, mas mantenha a elevação do queixo;
 - Inspire normalmente e coloque os seus lábios em torno da boca da vítima, certificando-se que não há fugas
 - Sopre a uma velocidade regular e controlada para a boca da vítima enquanto observa a elevação do tórax
 - Mantendo a inclinação da cabeça e o queixo elevado, afaste-se da boca da vítima e observe o tórax a baixar quando o ar sai;

01/03/2021

7. Realizar insuflações

Insuflações com máscara de bolso (pocket mask)

- **Máscara de bolso:** dispositivo que se adapta à face da vítima, sobre o nariz e boca, e possui uma válvula unidirecional que desvia do reanimador o ar expirado da vítima.



01/03/2021

91

7. Realizar insuflações

Insuflações com máscara de bolso (pocket mask)

- Posicionar-se ao lado da vítima;
- Permeabilizar a Via Aérea (VA);
- Aplicar 2 insuflações na vítima, mantendo a VA permeável:

No final das duas insuflações, volte rapidamente a colocar as suas mãos na posição correta no esterno e repita mais 30 compressões torácicas.



01/03/2021

92

7. Realizar insuflações

Insuflações com máscara de bolso (pocket mask)

- Manter a VA permeável:
 - Colocar a máscara sobre o nariz e boca da vítima (a parte mais estreita da máscara de bolso deverá ficar sobre o dorso do nariz e a parte mais larga da máscara deverá ficar sobre a boca);
 - Colocar o polegar e o indicador na parte mais estreita da máscara;
 - Colocar o polegar da outra mão na parte mais larga da máscara e usar os outros dedos para elevar o queixo da vítima, criando uma selagem hermética;
 - Soprar suavemente pela válvula unidirecional durante cerca de 1 segundo (por cada insuflação), por forma a que o tórax da vítima se eleve;
 - Retirar a boca da válvula da máscara após insuflar

01/03/2021

93

E se as insuflações não forem eficazes? O que fazer?

- Avançar, de imediato, para as compressões torácicas.
- NUNCA interromper as compressões por um período superior a 10 segundos para fazer as insuflações.

As insuflações são “obrigatórias”, para que o SBV seja corretamente realizado?

- Se não se sentir capaz ou tiver relutância em fazer insuflações, faça apenas compressões torácicas – devem ser contínuas, a um ritmo de 100 – 120 compressões por minuto

01/03/2021

94

8. Manter o SBV

Mantenha as manobras de reanimação (30 compressões alternando com 2 insuflações) até:

- Chegar ajuda diferenciada;
- Ficar exausto;
- A vítima retomar sinais de vida (vítima desperta e reativa; movimento; abertura espontânea dos olhos; respiração normal).

É raro reanimar a vítima apenas com manobras de SBV: caso não tenha a certeza que a vítima recuperou, mantenha SBV

01/03/2021

95



01/03/2021

96

Segurança e riscos para o reanimador

Riscos

- Acidente de viação
- Produtos químicos ou matérias perigosas
- Intoxicações
- Transmissão de doenças

01/03/2021

97

Acidente de viação

- Sinalizar o local com triângulo de sinalização à distância adequada;
- Ligar as luzes de presença ou emergência;
- Usar roupa clara para que possa mais facilmente ser identificado (colete refletor);
- Desligar o motor para diminuir a probabilidade de incêndio.

Produtos químicos ou matérias perigosas

- Evitar o contacto sem as devidas medidas de proteção (ex. Luvas, máscara)
- Evitar a inalação de eventuais vapores libertados pelas mesmas.

01/03/2021

98

Intoxicações

Identificar o produto em causa e a sua forma de apresentação (em pó, líquida ou gasosa)

Contactar o CODU ou o CIAV (centro de informação antivenenos)

Intoxicação por produtos gasosos

- Não se expor aos vapores libertados (não devem ser inalados).
- O local onde a vítima se encontra deverá ser arejado ou a vítima deverá ser retirada do local.

Intoxicação por tóxico corrosivo ou que possa ser absorvido pela pele

- Arejar o local, usar luvas e roupa de proteção para evitar qualquer contacto com o produto, e máscaras para evitar a inalação.
- Nunca efetuar insuflação boca-a-boca.

01/03/2021

Transmissão de doenças

Evitar o contacto com fluidos corporais

- Sangue
- Secreções respiratórias
- Secreções nasais
- Suor
- Lágrimas
- Vómito
- Outros.

01/03/2021



01/03/2021

101

Desfibrilhação precoce e desfibrilhador automático externo - DAE

Importância

- O ritmo inicial mais comum em casos de PCR (testemunhada) é a fibrilhação ventricular (FV) e o único tratamento eficaz para a FV é a desfibrilhação elétrica

A probabilidade de uma desfibrilhação ser bem-sucedida diminui com o passar do tempo

Quanto mais precoce for a desfibrilhação, maior será a taxa de sobrevivência.

Sem manobras de SBV precoces, a probabilidade de sobrevivência a uma PCR com FV diminui 10-12% por cada minuto em que a desfibrilhação não é efetuada

01/03/2021

102

Desfibrilhação precoce e desfibrilhador automático externo - DAE

Desfibrilhador Automático Externo (DAE)

- Dispositivo computadorizado que é conectado por elétrodos adesivos ao tórax da vítima e que após análise da atividade elétrica cardíaca recomenda, se necessário, a aplicação de um choque potencialmente capaz de reverter a situação.

Sempre que usados adequadamente, os DAE são extremamente seguros e fiáveis

01/03/2021

103



01/03/2021

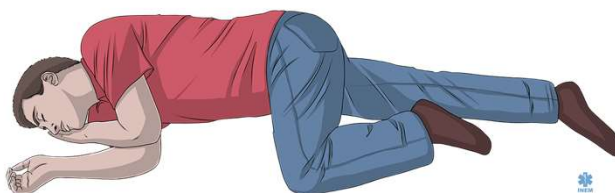
104



01/03/2021

105

Posição Lateral de Segurança - PLS



Quando?

- A vítima encontra-se não reativa e com respiração eficaz
- Se tiverem sido restaurados os sinais de vida após manobras de reanimação

01/03/2021

106

Posição Lateral de Segurança - PLS

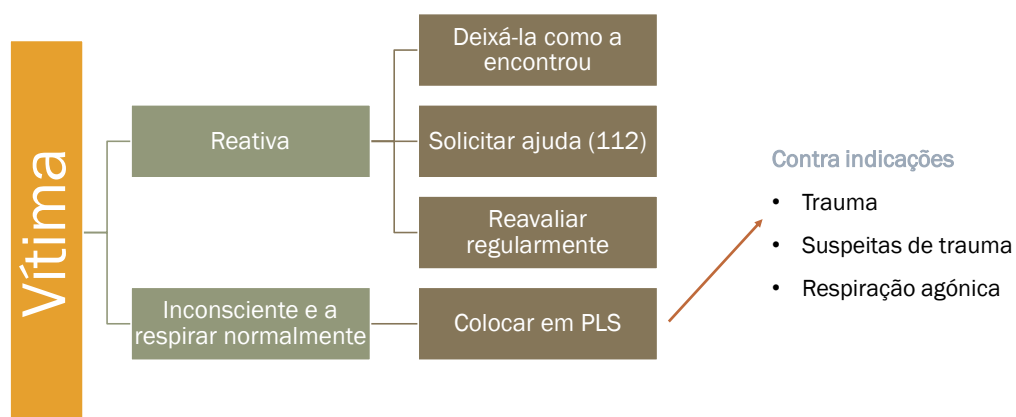
Garante a manutenção da permeabilidade da via aérea numa vítima inconsciente que respira normalmente:

- Diminuindo o risco de aspiração de vômito;
- Prevenindo que a queda da língua obstrua a VA;
- Permitindo a drenagem de fluidos pela boca;
- Permitindo a visualização do tórax;
- Não estão demonstrados riscos associados à sua utilização

01/03/2021

107

Posição Lateral de Segurança - PLS



01/03/2021

108

Técnica para colocar uma vítima em PLS

- Ajoelhe-se ao lado da vítima
 - Remova objetos estranhos ao corpo da vítima, os quais ao posicioná-la possam eventualmente causar lesões (ex: óculos, canetas);
 - Assegure-se que as pernas da vítima estão estendidas;



01/03/2021

109

Técnica para colocar uma vítima em PLS

- Coloque o braço mais perto (do seu lado) em ângulo reto com o corpo, com o cotovelo dobrado e a palma da mão virada para cima;



01/03/2021

110

Técnica para colocar uma vítima em PLS

- Segurar o braço mais afastado
 - Segure o outro braço (mais afastado) cruzando o tórax e fixe o dorso da mão na face do seu lado;



01/03/2021

111

Técnica para colocar uma vítima em PLS

- Levantar a perna do lado oposto
 - Com a outra mão levante a perna do lado oposto acima do joelho dobrando-a, deixando o pé em contacto com o chão;

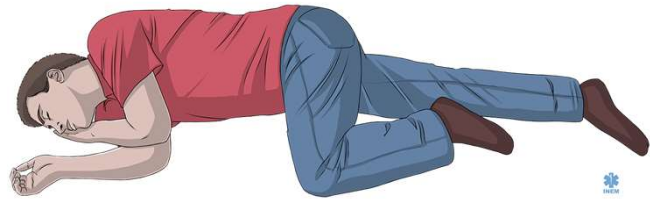


01/03/2021

112

Técnica para colocar uma vítima em PLS

- Rolar a vítima
 - Enquanto uma mão apoia a cabeça a outra puxa a perna do lado oposto rolando a vítima para o seu lado;
 - Estabilize a perna de forma a que a anca e o joelho formem ângulos retos;
 - Incline a cabeça para trás assegurando a permeabilidade da VA;
 - Ajuste a mão debaixo do queixo, para manter a extensão da cabeça;
 - Reavalie regularmente a respiração



01/03/2021

113



01/03/2021

114

O sistema integrado de emergência médica - SIEM

SIEM

- Conjunto de ações coordenadas, de âmbito extra-hospitalar, hospitalar e inter-hospitalar, que resultam da intervenção ativa e dinâmica dos vários componentes do sistema de saúde nacional, de modo a possibilitar uma atuação rápida, eficaz e com economia de meios em situações de emergência médica.
- Compreende toda a atividade de urgência/emergência, nomeadamente o sistema de socorro pré-hospitalar, o transporte, a receção hospitalar e a adequada referenciação do doente urgente/emergente.

01/03/2021

115

SIEM



01/03/2021

116

SIEM

1. Detecção

Momento em que alguém se apercebe da existência de uma ou mais vítimas de doença súbita ou acidente.

2. Alerta

Contacto dos serviços de emergência, utilizando o Número Europeu de Emergência - 112.

3. Pré-socorro

Conjunto de gestos simples que podem e devem ser efetuados até à chegada do socorro.



01/03/2021

117

SIEM

4. Socorro

Cuidados de emergência iniciais efetuados às vítimas de doença súbita ou de acidente, com o objetivo de as estabilizar, diminuindo a morbilidade e a mortalidade.

5. Transporte

Transporte assistido da vítima numa ambulância com características, tripulação e carga bem definidas, desde o local da ocorrência até à unidade de saúde adequada, garantindo a continuidade dos cuidados necessários.



01/03/2021

118

SIEM

6. Tratamento na Unidade de Saúde

Tratamento no serviço de saúde mais adequado ao estado clínico da vítima.

Em alguns casos excepcionais, pode ser necessária a intervenção inicial de um estabelecimento de saúde onde são prestados cuidados imprescindíveis para a estabilização da vítima, com o objetivo de garantir um transporte mais seguro para um hospital mais diferenciado e/ou mais adequado à situação



01/03/2021

119

SIEM

Intervenientes

- Público;
- Operadores das Centrais de Emergência 112;
- Técnicos dos CODU;
- Agentes da autoridade;
- Bombeiros;
- Tripulantes de ambulância;
- Técnicos de ambulância de emergência;
- Médicos e enfermeiros;
- Pessoal técnico hospitalar;
- Pessoal técnico de telecomunicações e de informática.

01/03/2021

120

INEM - Instituto Nacional de Emergência Médica

Missão

Definir, organizar, coordenar, participar e avaliar as atividades e o funcionamento do Sistema Integrado de Emergência Médica (SIEM), por forma a garantir aos sinistrados ou vítimas de doença súbita a pronta e correta prestação de cuidados de saúde.

Atribuições

A prestação de socorros no local da ocorrência, transporte assistido das vítimas para o hospital adequado e articulação entre os vários intervenientes no SIEM;

01/03/2021

121

CODU - Centro de Orientação de Doentes Urgentes do INEM

Função

Atender e avaliar no mais curto espaço de tempo os pedidos de socorro recebidos, com o objetivo de determinar os recursos necessários e adequados a cada caso.

O CODU têm capacidade para acionar diferentes meios de socorro, apoiá-los durante a prestação de socorro no local das ocorrências e, de acordo com as informações clínicas recebidas das equipas no terreno, selecionar e preparar a receção hospitalar dos diferentes doentes.

01/03/2021

122

CODU - Centro de Orientação de Doentes Urgentes do INEM

Funcionamento

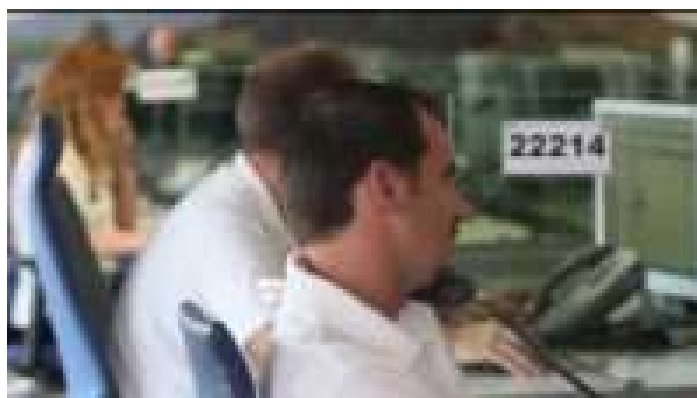
Assegurado em permanência por médicos e técnicos, com formação específica para efetuar:

- O atendimento e triagem dos pedidos de socorro;
- O aconselhamento de pré-socorro, sempre que indicado;
- A seleção e acionamento dos meios de socorro adequados;
- O acompanhamento das equipas de socorro no terreno;
- O contacto com as unidades de saúde, preparando a receção hospitalar dos doentes.

01/03/2021

123

CODU - Centro de Orientação de Doentes Urgentes do INEM



01/03/2021

124

CIAV - Centro de Informação Antivenenos

CIAV

- Centro médico de informação toxicológica
- Presta informações referentes ao diagnóstico, quadro clínico, toxicidade, terapêutica e prognóstico da exposição a tóxicos em intoxicações agudas ou crónicas.

Tem disponíveis médicos especializados, 24 horas por dia, que atendem consultas de:

- Médicos
- outros profissionais de saúde
- público em geral.

01/03/2021

125

Veículos INEM



<https://www.inem.pt/category/cidadaos/meios-de-emergencia/>

01/03/2021

126