



Confirmar, Comunicar, Comprimir



**RCR-HFF**

Escola de Reanimação Cardiorrespiratória  
Hospital Prof. Doutor Fernando Fonseca, EPE

Abril 2016





## Resumo

**1** - Atualmente a doença cardiovascular isquémica é a principal causa de morte no Mundo, onde cerca de um terço das vítimas de Enfarte Agudo do Miocárdio (EAM) morre antes de chegar às unidades hospitalares.

**2** - Após 3 - 5 min de interrupção do fluxo sanguíneo, desenvolvem-se lesões cerebrais que condicionam elevada morbidade, com custos sociais e económicos elevados, nos doentes que são reanimados com sucesso.

**3** - Os sistemas de emergência médica chegam ao local da paragem cardiorrespiratória entre o 7 e 10 minuto após o evento, o que torna o leigo no local, a base da cadeia de reanimação, e o principal responsável por condicionar uma reanimação com sucesso sem sequelas neurológicas.

**4** - O ensino de Suporte Básico de Vida (SBV) aos jovens em idade escolar é já uma realidade em diversos países europeus. Em 2006, CONNOLLY, M. demonstrou que apenas uma percentagem inferior a 1% da população em geral tinha capacidade para socorrer alguém em paragem cardiorrespiratória, concluindo que se *“15 - 20% of the population were capable of performing cardiopulmonary resuscitation (CPR), mortality of out of hospital cardiac arrest could be decreased significantly. Training basic life support (BLS) skills to school children would be the most cost effective way of achieving this goal and ensuring that a large proportion of the population acquires basic life saving skills”*. Em 2007, JONES, I. provou que crianças com mais de 13 anos já eram capazes de executar com rigor e eficácia compressões torácicas.

**5** - Em 2015 a Organização Mundial de Saúde promoveu o ensino de reanimação nas escolas e as guidelines mais recentes incorporam todo um capítulo destinado a implementação e metodologia de ensino de reanimação nas escolas.

**6** - Os projetos de ensino nas Escolas devem ser sustentáveis no tempo (técnica e economicamente), de forma a poder replicar o ensino à comunidade escolar mantendo a qualidade de ensino e adaptando os conteúdos à população alvo.



**7** - O projeto “3C’s” surge nesta perspetiva: o ensino do reconhecimento da situação de PCR (**C**onfirmar), o saber pedir ajuda diferenciada (**C**omunicar) e o início precoce das manobras de SBV (**C**omprimir) direcionado aos jovens em idade escolar, torna-se uma mais-valia para o aumento do sucesso da reanimação na comunidade.

**8** - É dirigido apenas para os alunos. Trata-se de um formação ministrada por elementos da escola de reanimação cardiorrespiratória do Hospital Professor Doutor Fernando Fonseca e segue os princípios da American Heart Association (AHA), sendo o foco principal o reconhecimento da situação de paragem cardiorrespiratória, saber pedir ajuda e saber executar compressões cardíacas eficazes, não se tratando de um curso completo de SBV.

**9** - É um projeto desenvolvido em parceria com a Câmara da Amadora, e encontra-se a ser implementado desde 2013, nos 6 agrupamentos escolares da área de envolvimento do hospital, contribuindo assim para uma maior envolvimento entre o hospital e a comunidade. Tem tido uma participação entusiástica e tem se revelado um projeto sustentável, quando implementado a uma escala municipal.

**10** - A Escola de reanimação cardiorrespiratória do Hospital Professor Doutor Fernando Fonseca (HFF), em conjunto com a UDFRH (Unidade de Desenvolvimento e Formação em Recursos Humanos) do HFF é uma entidade reconhecida pela AHA (American Heart Association) e pelo INEM, com formadores devidamente creditados pelas 2 entidades, garantindo as condições para o solicitado.

**10** - O ensino da reanimação cardiorrespiratória é reconhecido como um ato de cidadania, fundamental para assegurar o primeiro elo da cadeia de sobrevivência.

Coordenação

Pedro Sampaio Nunes

Assistente Hospitalar de Pediatria Médica  
Sub-especialista em Cuidados Intensivos Pediátricos  
Instrutor de Suporte básico de vida - American Heart Association  
Instrutor Advance Cardiovascular Life Support - American Heart Association  
Instrutor Pediatric Advance Life Support - American Heart Association  
pedrossnunes@gmail.com