

Escola de
Reanimação
do HFF

Investir na formação
em suporte básico de vida
em escolas secundárias

■ P. 22/23

**Pneumologia
do Baixo Vouga
é recordista
na realização
de toracoscopias
semiflexíveis**

■ P. 19

GASOXMED PUB
Cuidados
Respiratórios
Domiciliários
24 horas/365 dias
800 50 60 90
GRATUITO

TRIVERAM
Atorvastatina • Perindopril arginina • Amelodipina
SERVIER PORTUGAL - Especialidades Farmacêuticas, Lda
Av. António Augusto de Aguiar, 126, 1069-133 LISBOA
Telefone: 21 312 20 00 - Fax: 21 312 20 90.

HOSPITAL Público

A PARTILHA DE BOAS PRÁTICAS



**Pioneiro do
minibypass gástrico
promoveu cirurgia
no Curry Cabral**

■ P. 42

NESTA EDIÇÃO

XIV Congresso Português
Ginecologia ■ P. 43/46

18.º Congresso SPACV ■ P. 32/36

ANTÓNIO FIARRESGA
Aproximar mais a
Cardiologia de Intervenção
da comunidade científica

■ P. 16



HOSPITAIS DA UNIVERSIDADE DE COIMBRA

Júlio Leite, que entretanto se aposentou do SNS escassos dias depois da reportagem da *Just News*, foi o protagonista da fusão dos dois serviços de Cirurgia que existiram nos HUC até 2017.

Orientar a Cirurgia Geral no sentido da especialização

■ P. 24/27

Mercedes Bilbao
**Enfermagem perioperatória
espera há já 32 anos pelo
reconhecimento como especialidade**

■ P. 20/21



CLÁUDIA MEDEIROS BORGES



**Procurar melhores
resultados classificando
eficazmente os doentes**

■ P. 18



**Conferência de Valor
APAH em Tomar**
Modelos de
liderança e gestão
da mudança
em Saúde

■ P. 37/41

**PAULO
BETTENCOURT**
Importa diagnosticar
bem os casos de IC

■ P. 14



**Alto Minho quer melhorar
a gestão do doente crónico**

Essa é uma aposta forte do médico Franklim Ramos, que assumiu a presidência da ULS há quase 7 anos e que tem debaixo da sua alçada dois hospitais e uma trintena de unidades de CSP.

■ P. 8/11

**Papel dos TSDT
vai para além
do diagnóstico
e terapêutica**

■ P. 28/31

ARMANDO MANSILHA



**A importância de os
hospitais registarem
os atos médicos em
cirurgia vascular**

■ P. 12

ESCOLA DE REANIMAÇÃO DO HOSPITAL FERNANDO FONSECA DESENVOLVE O PROJETO "3C'S - SALVA UMA VIDA"

HFF investe na formação em suporte básico de vida em escolas secundárias

MAIS DE 1500 ALUNOS DAS ESCOLAS DA AMADORA E DE SINTRA JÁ RECEBERAM FORMAÇÃO EM REANIMAÇÃO CARDIORRESPIRATÓRIA NO ÂMBITO DO PROJETO "3C'S - SALVA UMA VIDA", DESENVOLVIDO PELA ESCOLA DE REANIMAÇÃO DO HFF. PRETENDE-SE DOTAR OS PROFESSORES DE COMPETÊNCIAS QUE OS TORNEM AUTÓNOMOS PARA REPLICAREM A FORMAÇÃO AOS ALUNOS DOS 10.º, 11.º E 12.º ANOS.

No ginásio da Escola Secundária de Santa Maria, em Sintra, a música dos Bee Gees "Staying Alive" marca o ritmo ideal para os alunos realizarem as compressões no peito para ressuscitação cardiopulmonar (RC) em manequins que simulam ser vítimas de ataque cardíaco. Os jovens sabem agora, porque os professores lhes ensinaram, que as compressões devem ser feitas com uma frequência de 100-120 por minuto.

A música dos Bee Gees alcança isso de forma quase perfeita, com 103 batidas em 60 segundos. A possibilidade dos alunos, no futuro, utilizarem a metodologia do projeto "3C's" em situações reais não é tão pequena quanto isso: em Portugal, entre 25 a 30 pessoas morrem todos os dias por paragem cardiorrespiratória.

Segundo Pedro Nunes, especialista em Cuidados Intensivos Pediátricos e coordenador da Escola de Reanimação do HFF, após uma paragem cardiorrespiratória, a possibilidade de sobrevivência da vítima decresce 10% a cada minuto que passa sem reanimação cardiopulmonar. "Enquanto a lesão cardíaca irreversível ocorre ao cabo de 20 minutos, as lesões neurológicas começam a surgir ao fim de três a cinco minutos sem oxigénio", explica.

Ora, estas situações "não acontecem ao lado da base do INEM, do

quartel dos bombeiros ou à porta do hospital. Elas ocorrem em casa, nos locais públicos, com os nossos amigos e familiares. Por isso, a base da reanimação não é a ambulância do INEM, não são os bombeiros, são os leigos!".

Nos EUA e nalguns países europeus, como a Holanda, a Dinamarca ou a Espanha, as técnicas de reanimação cardiorrespiratória fazem parte do *currículo* do ensino secundário. Em Portugal, apesar de, em 2013, a Assembleia da República ter recomendado ao Governo a introdução do ensino de suporte básico de vida nas escolas, esta temática, "embora esteja incluída no *currículo* escolar do 9.º ano, tem uma componente muito teórica e não é colocada em prática na maioria dos estabelecimentos de ensino".

Projeto "3C's" nasceu na Unidade de Cuidados Intensivos Pediátricos

Michele Costa, mulher de Pedro Nunes, médica intensivista de adultos e operacional do INEM, de origem norte-americana, estranhou que em muitas das aticações da viatura médica de emergência rápida (VMER) por paragem cardiorrespiratória, apesar de as vítimas estarem normalmente rodeadas por outras pessoas, ninguém se dispusesse a iniciar compressões antes da chegada dos técnicos.



Pedro Nunes: "É um projeto do hospital, para a comunidade e de que todos os profissionais se orgulham"

Esta e outras circunstâncias, como o processo de destruição lenta de um pai cuja criança morrera de paragem súbita cardiorrespiratória sem que ele soubesse como ajudá-la, fez com que Pedro Nunes e outros profissionais da Unidade de Cuidados Intensivos Pediátricos do HFF — como o enfermeiro Da-

niel Martín — comessem a pensar numa intervenção estruturada junto das escolas dos concelhos de abrangência do hospital (Amadora e Sintra).

"O projeto teve a sua génese na Unidade de Cuidados Intensivos Pediátricos com o ensino, por profissionais dessa Unidade, de

técnicas de suporte básico de vida aos pais das crianças internadas no hospital", recorda Pedro Nunes. Posteriormente, "o Departamento de Pediatria, que sempre teve uma grande vocação de intervenção na comunidade, quis alargar esta formação às escolas e, em colaboração com a Câmara Municipal da Amadora, iniciou-se um projeto de formação escolar".

Inicialmente, "o ensino era generalista — além de suporte básico de vida, incluía a abordagem da febre, engasgamento e convulsões e estava direcionado a alunos, professores e assistentes operacionais —, mas progressivamente centrou-se nos alunos, e agora, desde 2012, apenas nos que frequentam os 10.º, 11.º e 12.º anos".

Com a criação da Escola de Reanimação intra-hospitalar e as novas *guidelines* de reanimação de 2015, nasceu então a iniciativa "3C's - Salva uma vida". O objetivo é dotar as escolas dos conhecimentos e meios necessários para, a partir do 10.º ano, poderem ser os próprios professores a dar formação aos alunos, repetindo-a anualmente, até ao 12.º.

De acordo com Pedro Nunes, "até ao 9.º ano, os miúdos, de uma maneira geral, não têm capacidade

Incorporado nas atividades da escola, o projeto assenta nos três pilares básicos da reanimação por leigos:

CONFIRMAR
a situação de paragem cardiorrespiratória.

COMUNICAR
a situação adequadamente ao serviço de emergência médica.

COMPRIMIR
o esterno a um ritmo de 100-120 compressões por minuto.

para executar compressões de forma tão eficaz quanto um adulto. Mas a partir do 10.º ano a imensa maioria já consegue".

Sintra está a ser um êxito

Inicialmente desenvolvido em parceria com a Câmara Municipal da Amadora, nos seis agrupamentos escolares circundantes ao HFF, foi em Sintra, através da colaboração com a autarquia e o envolvimento de uma

Desde o ano passado, 48 professores já receberam formação acreditada em suporte básico de vida e utilização de DAE na Escola de Reanimação do HFF.

Mass training no campo de futebol

A Escola de Reanimação do Hospital Fernando Fonseca, a Câmara Municipal de Sintra e o Movimento Salvar + Vidas juntaram recentemente, no campo de futebol do Grupo Desportivo de Rio de Mouro, Rinchoa e Mercês, mais de mil estudantes dos agrupamentos de escolas daquele concelho que já realizaram a formação no âmbito

do projeto "3C's - Salva Uma Vida". Esta ação de *mass training* visou sensibilizar a comunidade para o facto da resposta rápida de proximidade ser fundamental, sobretudo nos primeiros minutos de uma paragem cardiorrespiratória, e divulgar o trabalho que está a ser realizado nas escolas.



Autarquias de todo o país interessadas no projeto

Câmaras municipais de todo o país estão a mostrar interesse na implementação do projeto a nível local. Na perspetiva de Pedro Nunes, esta é, de facto, uma iniciativa que só pode funcionar bem com o envolvimento da comunidade, dos hospitais, dos centros de saúde e das instituições administrativas locais.

"Praticamente todos os hospitais do SNS têm profissionais dedicados à reanimação. É possível criar núcleos locais que se envolvam na formação dos professores, em conjunto com as autarquias e os agrupamentos de escolas. No nosso caso, desde o início que contamos com o apoio dos autarcas da área de envolvimento do Hospital e o impulso do presidente do CA do HFF e do então coordenador da Escola de Reanimação, Paulo Freitas".

do seu presidente, Francisco Velez Roxo, comprometeu-se a disponibilizar formadores da Escola de Reanimação para fazerem a formação e o acompanhamento dos professores", refere Pedro Nunes.

Nas primeiras formações realizadas nas escolas, os professores contaram com a participação ativa dos profissionais de saúde, mas neste momento já estão a fazê-lo de forma autónoma. "Agora atuamos apenas como observadores. A ideia é que as escolas sejam completamente autónomas e independentes do ponto de vista formativo. Toda a informação necessária para as formações é disponibilizada numa plataforma *online*, onde se inserem também todos os dados estatísticos das formações, sendo todo o processo auditado por nós", sublinha o coordenador da Escola de Reanimação do Hospital Fernando Fonseca, adiantando:

"A administração do HFF e dos agrupamentos de escolas de Sintra, bem como os professores, estão do nosso lado e consideram o programa

Sensibilizar as crianças nos infantários

O projeto "3C's" é tão abrangente que, entretanto, os infantários começam a receber a visita dos seus promotores, apresentando uma canção sobre o avo-zinho que está doente e não acorda. "A ideia é fazer com que as crianças percebam o que está a acontecer e saibam como pedir ajuda, aprendendo desde muito cedo os dois primeiros cês da cadeia", justifica o médico Pedro Nunes.

entusiasmante. No próximo mês de setembro vamos iniciar a formação em mais dois agrupamentos de Sintra e reiniciar a atividade nas escolas da Amadora."

Adesão total dos professores

Cristina Azevedo, professora de Educação Física da Escola Secundária Santa Maria, do Agrupamento Monte da Lua, em Sintra, considera que a metodologia do "3C's" constitui "uma cadeia fantástica" de transmissão de conhecimentos em suporte básico de vida. "Das experiências que temos tido até agora com os nossos alunos, verificamos que a adesão é extremamente favorável", frisa. O objetivo é prepará-los para intervir de imediato numa situação de paragem cardiorrespiratória e, ao mesmo tempo, "ampliar esta rede, transmitindo esses conhecimentos aos familiares e amigos que não tenham a possibilidade de ter formação neste domínio".

Na perspetiva do seu colega Jor-



Pedro Nunes, Jorge Damásio, Cristina Azevedo, Carlos Sousa e o enfermeiro Ignatio Tobias

ge Damásio, esta "é uma das atividades que devia fazer parte obrigatória do *currículo* de Educação Física.

É mais uma competência dos alunos, para que não tenham medo de intervir e de agir quando acontece