



## **UTAD ensina como ajudar a “salvar vidas”**

Em apenas três horas, **130 estudantes, docentes e não docentes da Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro (UTAD)** aprenderam como lutar pela sobrevivência de uma vítima em **paragem cardiorrespiratória**. Ministrado pelo Instituto Nacional de Emergência Médica (INEM), o *mass training* em Suporte Básico de Vida (SBV) teve lugar na Escola Superior de Saúde, a 23 de março.

A paragem cardiorrespiratória é a principal causa de morte a nível mundial e urge colmatar falhas na literacia de saúde em Portugal. Assim, a Pró-reitoria para a Saúde e Bem-estar, em parceria com o Departamento de Ação Social e Saúde da AAUTAD, promoveu esta formação, certificada e gratuita, para que a comunidade académica possa adquirir conhecimentos que

ajudem a “salvar vidas”.

Por cada minuto que passa sem socorro, as hipóteses de sobrevivência da vítima reduzem para 10%. **“É, por isso, que a formação em Suporte Básico de Vida é tão crucial para potenciar a sobrevivência da vítima com qualidade de vida”, sublinha a Pró-reitora Conceição Rainho.**

Os participantes perceberam a importância de não quebrar a sequência da cadeia de sobrevivência – ligar para o Número Europeu de Emergência (112), reanimar, desfibrilhar e estabilizar.

**“É a primeira vez que fazemos este *mass training* em SBV na UTAD, que é uma formação que todos já devíamos ter tido em níveis de ensino anteriores”,** sublinha Judite Joaquim, formadora do INEM para a área da emergência pré-hospitalar e, também, *alumna* do curso de enfermagem.

É com este tipo de formação que a comunidade académica da UTAD poderá estar preparada para “a próxima etapa”. “Se tivéssemos uma maior cultura de emergência médica em Portugal, hoje não estávamos a falar do *mass training* em SBV, mas de um *mass training* de desfibrilhação, o que salva vidas. Poderíamos ter desfibrilhadores acessíveis em vários pontos do *campus* e os alunos serem elementos ativos do Programa Nacional de Desfibrilhação Automática Externa (DAE)”, considera Judite Joaquim.

Neste *mass training* em SBV, os participantes tiveram a oportunidade de perceber que antes de verificar o estado de consciência da vítima, devem acautelar as suas próprias condições de segurança. Depois, em apenas cinco passos podem manter a vítima viável para recuperação. Na sessão prática, 15 formadores acompanharam os participantes na execução das manobras de SBV em manequins e, ainda, da colocação da vítima em posição lateral de segurança.

Texto: Patrícia Posse

