

Socorros de Urgência em Atividades Físicas



As fatalidades e acidentes acontecem das mais simples e corriqueiras contusões, câimbras, escoriações e entorses, até as urgentes hemorragias abundantes, traumatismo crânio encefálico ou raquimedular (TCE e TRM) e mesmo as paradas respiratórias e cardiorrespiratórias. Solicitar o socorro especializado, como o Serviço de Atendimento Móvel de Urgência (SAMU), pelo telefone 192; o Corpo de Bombeiros Militar, pelo 193; e se esquivar do atendimento não é o suficiente. Esta é apenas a primeira iniciativa que faz parte dos protocolos internacionais de Primeiros Socorros.

Vários estudos apontam que a chance de reanimar um paciente com parada cardiorrespiratória diminui de 7 a 10% por minuto, portanto, sem o devido atendimento, a vítima pode falecer em poucos minutos. As responsabilidades com os alunos e beneficiários das atividades físicas perpassam os direitos constitucionais, civis, penais e, sobretudo, a ética profissional. Sendo assim, é de suma importância que os Profissionais de Educação Física estejam treinados, atualizados e preparados para os acidentes e fatalidades que venham a acontecer em seu trabalho e criem uma rotina de atendimento de socorros de urgência que envolva toda a equipe de trabalho.

Para Alexandre Fachetti Vaillant Moulin (CREF 00008-G/DF), Presidente do CREF7, Professor da SEE-DF, Mestrando em Educação Física, pela UCB, Socorrista da Cruz Vermelha Brasileira-DF e Professor de Socorros de Urgência em cursos de Graduação e Pós-graduação. Os Profissionais de Educação Física, hoje reconhecidos pelo Conselho Nacional de Saúde como profissionais de saúde de nível superior, devem

observar em sua atuação o que prescreve o artigo 135 do Código Penal Brasileiro: “Deixar de prestar assistência, quando possível fazê-lo sem risco pessoal (...)”, para evitar incorrer em omissão de socorro e principalmente para pautar sua atuação sobre amparo do Código de Ética Profissional.


Ele diz que ao realizar o atendimento pré-hospitalar (APH), mais conhecido como primeiros socorros, o Profissional de Educação Física deve, antes de tudo, atentar para a sua própria segurança. Os equipamentos de proteção individuais: Luvas de procedimento, válvula de RCP, óculos de proteção e outros, são indispensáveis. “O impulso de ajudar a outras pessoas não justifica a tomada de atitudes inconseqüentes, que acabem transformando-o em mais uma vítima. É necessário, na academia, clube ou escola, um kit de Primeiros Socorros com materiais necessários aos atendimentos de acordo com as modalidades praticadas e os riscos de lesões. Tais como: ataduras, cobertor térmico, colar cervical, esfignomanômetro, esparadrapo, estetoscópio, gaze esterilizada, lenço

triangular, luva de procedimentos, máscaras, maca rígida, óculos de proteção, pinças hemostáticas, respirador “Ambu”, sacos de gelo (duas partes de água e uma parte de álcool de uso doméstico para gelo floculado), talas variadas, tesoura, soro fisiológico, válvula para RCP, entre outros”, recomenda.

O Desfibrilador Externo Automático (DEA) é muito eficiente em certos tipos de paradas cardiorrespiratórias (PCR). Algumas academias e centros de reabilitação cardíaca já possuem o DEA o que garante um atendimento mais seguro. Contudo, o custo do DEA, ainda é muito alto, em média dez mil reais. A Válvula para ressuscitação cardiopulmonar (RCP) tem um custo reduzido de quinze reais e pode ser utilizada pelos Profissionais de Educação Física em todos os casos de paradas cardiorrespiratórias, pois a RCP (Respiração boca-máscara associada a compressões cardíacas externas) preconiza o uso do desfibrilador, garantindo um suporte vital de circulação sanguínea ao cérebro e órgãos vitais, até a chegada do socorro especializado.

Mas, segundo Alexandre Fachetti, o material mais importante em primeiros socorros é o humano, sendo ele a vítima ou o Profissional de Educação Física. “Na falta de recursos, deve-se improvisar os materiais necessários ao atendimento, como talas, macas para o transporte, curativos protetores, dentre outros, ou até em casos de extrema urgência como as obstruções de vias aéreas por corpos estranhos, em que a realização da manobra de Heimlich garantirá um eficiente atendimento”, afirma.

Deve-se ainda enfatizar que existem limites para o atendimento dos Profissionais de Educação Física em primeiros socorros. As técnicas invasivas e a prescrição/uso de medicamentos são exclusivas dos profissionais médicos, mas com a utilização da força da gravidade, das compressas quentes e frias, da compressão e das imobilizações é possível se prestar um atendimento eficaz e seguro.

No ano passado, o CREF7/DF-GO-TO, ofereceu gratuitamente sete cursos de Socorros de Urgência em Atividades Físicas, atualizados com as últimas alterações dos protocolos internacionais como os da American Heart Association (AHA). Além do incentivo e participação em duas campanhas de doação de sangue do Sistema CONFED/CREFs em parceria com o Ministério da Saúde e o Hemocentro. 

No site www.cref7.org.br, encontra-se disponível o E-BOOK (com registro no ISBN) do PIPEF, uma publicação atualizada de Socorros de Urgência em atividades Físicas com amplo conteúdo

