

E-book

RCP

O procedimento que salva vidas



Introdução

Na parada cardíaca, cada segundo conta. Ela pode acontecer em qualquer lugar, frequentemente em casa, no trabalho ou durante o lazer. E a vítima pode ser alguém que você conhece e ama. A RCP imediata por alguém próximo pode dobrar – ou até triplicar – a chance de sobrevivida. Você saberia o que fazer se visse uma pessoa desmaiar repentinamente?



Considerações sobre o assunto

A RCP Somente com as Mãos é recomendada para uso em adolescentes ou adultos que apresenta colapso súbito. A cada cinco anos, a American Heart Association publica Diretrizes para RCP e Atendimento Cardiovascular de Emergência atualizadas. Tais diretrizes refletem a revisão cuidadosa da ciência recente por especialistas internacionais. A mais recente (2015*) orienta que socorristas leigos sem treinamento devem fornecer RCP somente com as mãos, com ou sem orientação de um atendente, para adultos vítimas de PCR. O socorrista deve continuar a RCP somente com compressão até a chegada de um DEA ou de socorristas com treinamento adicional. Todos os socorristas leigos devem, no mínimo, aplicar compressões torácicas em vítimas de PCR. Além disso, se o socorrista leigo treinado puder realizar ventilações de resgate, as compressões e as ventilações devem ser aplicadas na proporção de 30 compressões para 2 ventilações. O socorrista deve continuar a RCP até a chegada e a preparação de um DEA para uso, ou até que os profissionais do serviço médico de emergência assumam o cuidado da vítima ou que a vítima comece a se mover.

O que fazer?

Lembre-se desses dois passos se você encontrar um adolescente ou adulto que sofreu um colapso súbito.

1. Ligue para o número de emergência local
2. Comprima forte e rápido no centro do peito

Comprima no ritmo da música “Staying’ Alive” (Bee Gees) ou outra que tenha entre 100 e 120 batidas por minuto. Continue empurrando com força e rapidez o centro do peito até a chegada do socorro.



O que fazer?

A American Heart Association tem o compromisso de ajudar a todos a aprender os passos simples da RCP. Somente com as Mãos – e precisamos de sua ajuda! Pare 60 segundos e assista ao vídeo RCP Somente com as Mãos. Depois, compartilhe com a família e amigos. Juntos, podemos salvar mais vidas.



[Clique aqui para assistir](#)

Guia de RCP

RCP Somente com as Mãos versus RCP com respiração boca-a-boca

RCP

SOMENTE COM AS MÃOS



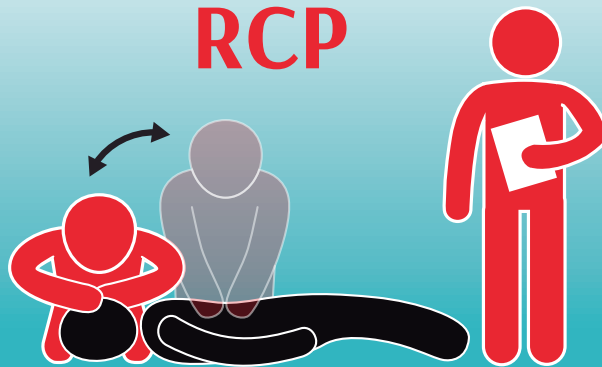
1
LIGUE PARA O NÚMERO LOCAL DE EMERGÊNCIA



2
COMPRIMA COM FORÇA E RAPIDEZ NO CENTRO DO TÓRAX

Comprima com pelo menos 100 batidas por minuto. Continue empurrando com força e rapidez o centro do peito até a chegada do socorro.

Treinamento de RCP



COMPRESSÕES + RESPIRAÇÕES

Como funciona?

As compressões torácicas são eficazes durante os primeiros minutos da parada cardíaca para estimular o fluxo de oxigênio remanescente no corpo e, assim, manter a integridade dos órgãos vitais. Ganha tempo até que alguém com mais habilidades possa fornecer ajuda.

A RCP com respirações combina compressões torácicas e respirações, oferecendo oxigênio adicional para circulação pelo corpo.

Em quem posso usar?

Adultos e adolescentes.

Qualquer um que esteja sofrendo uma parada cardíaca, incluindo adultos, adolescentes, crianças e bebês, e quaisquer vítimas de afogamento, sobredosagem de medicamentos, colapso causado por problemas respiratórios e parada cardíaca prolongada.

Como faço para aprender?

Conheça o **Projeto Salve Vidas**, que busca treinar pessoas, **gratuitamente**, para realizar os primeiros passos da Cadeia de Sobrevivência, isto é, o reconhecimento da parada cardiorrespiratória, a busca por ajuda especializada e a realização correta da massagem cardíaca. [Clique aqui](#)

PARADA CARDÍACA VERSUS ATAQUE CARDÍACO

As pessoas costumam usar estes termos como sinônimos, mas eles não são a mesma coisa.

O QUE É UMA PARADA CARDÍACA?

A **PARADA CARDÍACA** ocorre quando o coração deixa de funcionar e para de bater inesperadamente.

A parada cardíaca é desencada por uma disfunção elétrica no coração que provoca batimentos cardíacos irregulares (arritmia). Com a atividade de bombeamento prejudicada, o coração não consegue bombear sangue para o cérebro, pulmões e outros órgãos.



Uma parada cardíaca é um problema "ELÉTRICO".

O QUE ACONTECE

Segundos depois, a pessoa passa a não responder, deixa de respirar ou apresenta apenas gasping.

A morte ocorre em minutos se a vítima não receber tratamento.

A QUE FAZER?



A parada cardíaca pode ser revertida em algumas vítimas quando tratadas no prazo de minutos. Primeiro, ligue para o número local de emergência e inicie a RCP imediatamente. Depois, se houver um Desfibrilador externo automático (DEA), use-o o mais cedo possível. Se duas pessoas estiverem disponíveis para ajudar, uma deve iniciar a RCP imediata enquanto a outra liga para o número local de emergência e procura um dispositivo de DEA.

A PARADA CARDIORRESPIRATÓRIA (PCR) é uma das PRINCIPAIS CAUSAS DE MORTE.

A parada cardíaca afeta milhares de pessoas todos os anos e cerca de três quartos dos casos ocorrem em casa.



A ação rápida pode salvar vidas.

Conheça o **Projeto Salve Vidas**, que busca treinar pessoas, gratuitamente, para realizar os primeiros passos da Cadeia de Sobrevivência, isto é, o reconhecimento da parada cardiorrespiratória, a busca por ajuda especializada e a realização correta da massagem cardíaca.

[Clique aqui](#)

O QUE É UM ATAQUE CARDÍACO?

Um **ATAQUE CARDÍACO** ocorre quando o fluxo sanguíneo para o coração é bloqueado.

Uma artéria bloqueada impede que o sangue rico em oxigênio chegue até uma parte do coração. Se a artéria bloqueada não for reaberta rapidamente, a porção do coração normalmente suprida pela artéria começa a morrer.

O QUE ACONTECE?

Os sintomas de um ataque cardíaco podem ser imediatos e podem incluir desconforto intenso no tórax ou em outras áreas da porção superior do corpo, falta de ar, suor frio e/ou náusea/vômito. No entanto, mais frequentemente, os sintomas se instalam lentamente e persistem por horas, dias ou semanas antes do ataque cardíaco. Ao contrário da parada cardíaca, o coração geralmente não para de bater durante um ataque cardíaco. Quanto mais tempo a pessoa passar sem tratamento, maiores serão os danos.

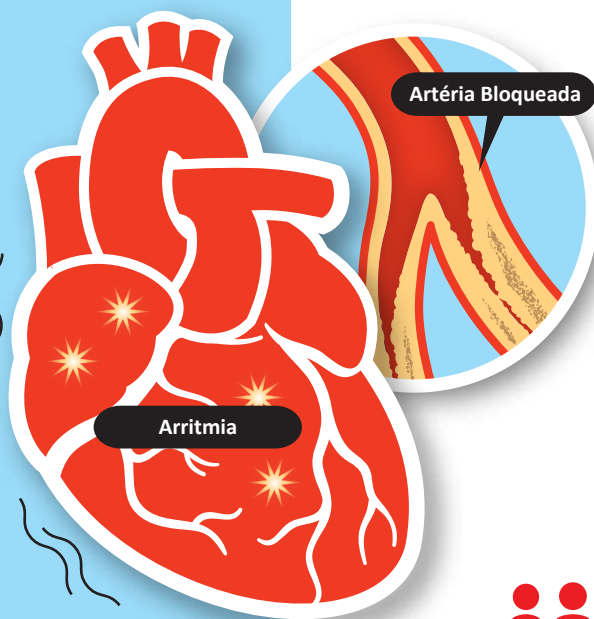


Os sintomas de ataque cardíaco nas mulheres podem ser diferentes dos observados nos homens (falta de ar, náusea/vômito e dor nas costas ou mandíbula).

O QUE FAZER?



Mesmo que você não tenha certeza se este é um ataque cardíaco, ligue para a emergência. Cada minuto conta! É melhor você ligar para o número local de emergência e ir para o pronto-socorro imediatamente. A equipe de serviço médico de emergência (EMS) pode começar o tratamento na chegada — até uma hora antes do que alguém que vai para o hospital de carro. A equipe de emergência também é treinada para ressuscitar pessoas quando o coração para. Pacientes com dor no peito e que chegam de ambulância normalmente também recebem tratamento mais rápido no hospital.



QUAL A LIGAÇÃO?



A maioria dos ataques cardíacos não leva à parada cardíaca. Mas quando a parada cardíaca ocorre, o ataque cardíaco é uma causa comum. Outras doenças também podem afetar o ritmo cardíaco e provocar a parada cardíaca.



American Heart Association®

a vida é o porquê™



Perguntas frequentes

A RCP Somente com as Mãos aumenta a chance de alguém próximo à vítima tomar atitude em uma emergência cardíaca?

R: Sim. Em pesquisas realizadas nos EUA*, os americanos que haviam sido treinados para aplicar RCP nos últimos 5 anos responderam que era mais provável que realizassem RCP Somente com as Mãos em um adolescente ou adulto que desmaiasse de repente. Ainda, a RCP Somente com as Mãos é uma opção fácil de lembrar e eficaz para pessoas que já foram treinadas em RCP, mas que têm receio de ajudar, pois não se sentem confiantes em lembrar e realizar os passos da RCP convencional.

*Pesquisa nacional de 2007 em que norte-americanos com treinamento feito nos últimos cinco anos tiveram quase o dobro da chance do que pessoas sem treinamento ou não treinadas nos últimos cinco anos (45% x 24%) de iniciar uma RCP imediatamente em uma emergência real. E uma pesquisa nacional de 2014 na qual mais da metade dos entrevistados (EUA) afirmou que era extremamente ou muito provável que fizessem RCP Somente com as Mãos em uma emergência.

Perguntas frequentes

Há momentos em que eu deva usar RCP convencional com ventilações?

R: Sim. Existem muitas emergências médicas que fazem com que a pessoa não responda mais e pare de respirar normalmente. Nessas emergências, a RCP convencional que inclui respiração boca-a-boca pode proporcionar mais benefício do que a RCP Somente com as Mãos.

A American Heart Association recomenda a RCP com uma combinação de respirações e compressões para:

- todos os bebês (até 1 ano de idade);
- crianças (até a puberdade);
- qualquer pessoa encontrada inconsciente e que não respira normalmente; e
- qualquer vítima de afogamento, sobredosagem de medicamento, desmaio por problemas respiratórios ou para cardíaca prolongada.

Perguntas frequentes

Por que os adolescentes e adultos que desmaiam subitamente não precisam de respiração boca-a-boca nos primeiros minutos após a parada cardíaca?

R: Quando um adolescente ou adulto desmaia subitamente com parada cardíaca, seus pulmões e sangue contêm oxigênio o bastante para manter os órgãos vitais saudáveis nos primeiros minutos, desde que alguém realize compressões torácicas de alta qualidade com mínima interrupção para bombear o sangue para o coração e cérebro. A causa costuma ser a instalação abrupta de um ritmo cardíaco anormal, frequentemente fibrilação ventricular (FV). A FV faz com que o coração trema e não bombeie o sangue de forma adequada para os órgãos vitais. Antes de um colapso súbito, o adolescente ou adulto provavelmente respirava normalmente. Isso significa que pode haver oxigênio o bastante no sangue da pessoa para alguns minutos após a parada cardíaca.

Muitas vítimas de parada cardíaca ofegam, o que pode levar um pouco de oxigênio para os pulmões. Se as vias aéreas do paciente estiverem abertas, permitir que o tórax se expanda de volta à posição inicial depois de cada compressão também pode levar um pouco de oxigênio para os pulmões.

Perguntas frequentes

P: A RCP Somente com as Mãos é tão eficaz quanto a RCP com respiração boca-a-boca?

R: Qualquer tentativa de RCP é melhor do que nada. Foi demonstrado que a RCP Somente com as Mãos realizada por um transeunte é tão eficaz quanto a RCP com respirações boca-a-boca durante os primeiros minutos de uma parada cardíaca súbita extra-hospitalar. Mas a RCP com respiração pode ser melhor do que a RCP Somente com as Mãos para certas vítimas, como bebês e crianças, adolescentes e adultos encontrados em parada cardíaca (que você não viu desmaiarem) ou vítimas de afogamento, sobredosagem de medicamento ou desmaio por problemas respiratórios.

Perguntas frequentes

Se eu tiver recebido treinamento de RCP com respiração (30 compressões para 2 respirações) e vir um adulto colapsar subitamente, o que devo fazer?

R: Chame o número de socorro e inicie a RCP.

Se você recebeu treinamento para realizar RCP com respiração e compressões de alta qualidade com mínima interrupção, realize a técnica convencional que você aprendeu (RCP com uma razão de 30 compressões para 2 respirações) ou a RCP Somente com as Mãos. Mantenha a RCP até que o DEA seja trazido e esteja pronto para uso ou atendimento médico de emergência ou até que um profissional de saúde possa assumir o cuidado da vítima.

Se você não tiver treinamento para realizar RCP com respiração e compressões de alta qualidade com mínima interrupção, faça a RCP Somente com as Mãos. Mantenha a RCP Somente com as Mãos até que o DEA seja trazido e esteja pronto para uso ou atendimento médico de emergência/urgência, ou até que um profissional de saúde possa assumir o cuidado da vítima.

Perguntas frequentes

P: O que devo fazer se estiver ficando cansado de fazer as compressões antes da chegada de mais ajuda?

R: Para realizar as compressões torácicas corretamente, é necessário muito esforço. Quanto mais cansado você estiver, menos eficazes serão as compressões. Se alguém mais souber como administrar a RCP, é aconselhável revezar-se. Reveze os socorristas a cada 2 minutos, aproximadamente, ou menos, para evitar o cansaço. Revezem-se rapidamente para reduzir ao mínimo possível as pausas nas compressões. Se você estiver sozinho, faça o melhor que puder na administração da RCP.

P: Quando posso interromper a RCP Somente com as Mãos?

R: Continue empurrando com força e rapidez o centro do tórax até a chegada do socorro. Se a vítima falar, se mover ou respirar normalmente enquanto você faz as compressões, a RCP Somente com as Mãos pode ser interrompida.

Perguntas frequentes

P: Nem toda pessoa que desmaia de repente está em parada cardíaca. A RCP pode machucar gravemente?

R: Adolescentes e adultos que desmaiam subitamente e ficam em estado não responsivo têm uma possibilidade grande de parada cardíaca, e sua chance de sobrevivida é praticamente zero a menos que alguém aja imediatamente.

Você deve ligar para o socorro e comprimir forte e rápido o centro do tórax com interrupção mínima. Se a parada cardíaca súbita for a causa do desmaio, a RCP Somente com as Mãos é uma maneira fácil e efetiva de dobrar ou triplicar as chances de sobrevivida da vítima. Se um adolescente ou adulto desmaiar por outros motivos que não uma parada cardíaca súbita, a RCP Somente com as Mãos ainda pode ajudar fazendo com que a pessoa responda (comece a se mover, a respirar normalmente e a falar). Se isso acontecer, a RCP Somente com as Mãos pode ser interrompida. Caso contrário, as compressões torácicas devem ser mantidas até que os profissionais socorristas cheguem.

Perguntas frequentes

P: A RCP Somente com as Mãos é tão eficaz quanto a RCP com respiração boca-a-boca?

R: Qualquer tentativa de RCP é melhor do que nada. Foi demonstrado que a RCP Somente com as Mãos realizada por um transeunte é tão eficaz quanto a RCP com respirações boca-a-boca durante os primeiros minutos de uma parada cardíaca súbita extra-hospitalar. Mas a RCP com respiração pode ser melhor do que a RCP Somente com as Mãos para certas vítimas, como bebês e crianças, adolescentes e adultos encontrados em parada cardíaca (que você não viu desmaiarem) ou vítimas de afogamento, sobredosagem de medicamento ou desmaio por problemas respiratórios.

Perguntas frequentes

P: É possível quebrar as costelas de uma pessoa realizando a RCP?

R: Sim. Uma análise de 2004 da literatura científica mostrou que a RCP convencional pode causar fraturas em costelas e/ou no esterno em pelo menos um terço dos casos. Em um estudo relacionado de pessoas que haviam sofrido ferimentos do tipo causados pela RCP, constatou-se que não ocorreram hemorragias graves nem morte. A chance de sobreviver a uma parada cardíaca extra-hospitalar é próxima de zero se uma vítima não receber imediatamente compressões torácicas de alta qualidade com interrupção mínima, seguida por terapia adicional nos minutos seguintes (um choque de desfibrilação e/ou mais cuidado avançado pelo pessoal do serviço médico de emergência).

SOMITI
SOCIEDADE MINEIRA DE
TERAPIA INTENSIVA

www.somiti.org.br



**American
Heart
Association®**

life is why™



*Acompanhe-nos nas redes sociais
e fique por dentro das novidades
e informações sobre terapia intensiva.*

 SomitiTerapiaIntensiva

 blog.somiti.org.br