

Caros Amigos,

Como tinha dito num texto já publicado, a “ACPA” tinha programada uma “2ª Acção de Formação para Agentes de Ensino”, desta vez em moldes totalmente inéditos, pelos aspectos extremamente práticos e concretos que versou. De facto, os “Cursos” destinados aos futuros Agentes de Ensino na área do desporto, são geralmente ministrados por Prelectores altamente qualificados e graduados, mas pecam pela visão muito “doutoral” da exposição, do tipo “aula de universidade”, com muitos conceitos teóricos, grandes sistematizações doutrinárias e muita “palha” para digerir. Normalmente, sucede que os Candidatos ficam bem impressionados com o seu conteúdo e, na ocasião, até o aprovam completamente. Mas, acabado o “Curso”, com o diploma na mão, pouca coisa dele é aplicada na sua prática do dia-a-dia, verificando-se então que só alguns dos recém Formados utilizam os elaborados conceitos para melhorar as suas prestações enquanto Instrutores.

Acresce, que nos “curricula” da maioria desses “Cursos”, o capítulo da segurança é, normalmente, pouco versado, pelas limitações psicológicas óbvias que todos nós temos quando somos confrontados com situações de limite, aquelas em que está em jogo a vida ou a morte.

Foi exactamente isso que se pretendeu corrigir com esta acção de formação, intitulada “Curso de Suporte Básico de Vida”. O seu objectivo principal foi dotar os actuais e potenciais Instrutores de uma ferramenta de intervenção em situações de emergência, nomeadamente no foro dos sistemas respiratório e circulatório. Como avaliar e que fazer perante uma paragem cardíaca? Como detectar um enfarte? Como intervir numa situação de não respiração? Como proceder para se executar uma ventilação assistida? E como se faz uma massagem cardíaca externa? A maioria das pessoas não sabe o que fazer e tudo isso “passa ao lado”, salvo se estiver presente um médico ou um enfermeiro... O problema reside nos 10 ou 15 minutos que medeiam entre a situação de emergência e a chegada dos paramédicos do “112”... Desses escassos minutos pode resultar a morte do nosso acidentado Praticante.

O “Curso” foi ministrado em 17 de Março, nas magníficas instalações de Barcarena, por profissionais do “INEM”, enfermeiros e técnicos paramédicos, membros do “Clube de Reanimação Córdio-Respiratória”. São pessoas que são confrontados diariamente com situações de emergência, estando, portanto altamente rodados nestes assuntos.

Transmitiram-nos muitas das suas experiências pessoais, como lidaram com inúmeras situações dramáticas, como em algumas vezes sofreram e como foram, em muitas outras, recompensados. Pela nossa parte, tivemos ocasião de simular várias vezes situações de paragem cardíaca e/ou respiratória, com ou sem perda de conhecimento, tentando adquirir o mínimo de sensibilidade à gravidade da situação e conseguindo rotinar procedimentos de emergência, repetindo exercícios de RCP (Reanimação Cardiopulmonar). Fizemo-lo em manequins especialmente desenhados para a aprendizagem, utilizando as máscaras faciais que nos foram distribuídas como material do “Curso”.

Pela minha parte, achei o “Curso” extremamente interessante e útil. Afixei, imediatamente, num local bem visível (e em letras garrafais...) do nosso dojo, no “CNG”, a listagem dos procedimentos a adoptar numa intervenção de emergência e transmiti este facto aos outros Instrutores que utilizam o nosso Ginásio. Também passou a estar sempre à mão uma máscara facial de ventilação. Oxalá nunca seja necessário ler o papel, nem abrir a embalagem da máscara...

Candeia que vai à frente...

Francisco Leotte