

**Plano de Educação Permanente em Saúde para os servidores públicos do Instituto Federal do Rio de Janeiro, campus Engenheiro Paulo de Frontin, abordando inicialmente a temática de primeiros socorros**

**RESUMO:**

Trata-se de um plano de Educação Permanente em Saúde que constituiu-se em uma ferramenta eficaz para a implantação da Educação Permanente em Primeiros Socorros em uma unidade de Ensino Tecnológico Federal do Estado do Rio de Janeiro. Este produto faz parte dos resultados de uma pesquisa de mestrado intitulada: **“Educação Permanente em Saúde no Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio de Janeiro Campus Engenheiro Paulo de Frontin”** apresentada ao Programa de Mestrado Profissional em Ensino na Saúde: Formação Docente Interdisciplinar para o SUS da Escola de Enfermagem Aurora de Afonso Costa, da Universidade Federal Fluminense. O plano teve o objetivo de auxiliar no planejamento e desenvolvimento de ações educativas para os professores e funcionários do ambiente estudado, além disso, configura-se como um instrumento para orientação de outros profissionais e trabalhos na área de ensino e aprendizagem de primeiros socorros.

**Palavras-chave:** Educação Continuada; Primeiros Socorros; Instituições Acadêmicas.

**REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA:**

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria-Executiva. Subsecretaria de Assuntos Administrativos. O Trabalho como fonte de formação: um movimento em construção no Ministério da Saúde Brasília: Ministério da Saúde, 2015.

CECCIM, Ricardo Burg. Desenvolvimento ou competências no trabalho em saúde: educação, áreas do conhecimento e profissões no caso da saúde. *Tempus*, v.6, n.2, p.253-277, 2012.

CENTRO PAULO FREIRE DE ESTUDOS E PESQUISAS. Biografia. Disponível em <http://www.paulofreire.org.br/> Acesso em: 10 jun. 2018.

CYRINO, E.G; TORALLES, M.L. Trabalhando com estratégias de ensino-aprendizado por descoberta na área da saúde: a problematização e a aprendizagem baseada em problemas. *Cad Saúde Pública*, v.3, n.20, p.780-788, 2004.

# **PLANO DE EDUCAÇÃO PERMANENTE EM SAÚDE**

O presente plano é um instrumento norteador das ações educativas em saúde para a formação e desenvolvimento de profissionais que atuam no ambiente escolar. Seu intuito é contribuir para a resolução dos problemas de saúde que os professores e funcionários encontram no exercício de suas funções. Este plano auxiliará no desenvolvimento da Educação Permanente em Saúde, de modo que, propiciará a promoção e prevenção da saúde no campus estudado.

## SUMÁRIO

1-Introdução

2- Justificativa

3-Objetivos

4-Público Alvo

5-Periodicidade

6-Roteiro das atividades de Educação Permanente em Saúde

7-Resultados Iniciais (anexo Portfólio)

8- Considerações Finais

8- Referências

9-Anexo1 – Portfólio

10- Apêndices:

A: Situação- problema: Caso Antônio

B: Situação- problema: Caso Sofia

C: Situação- problema: Caso Jardel

D: Situação- problema: Caso Marlene

## **1- Introdução**

Este plano é um material orientador para a implantação da Educação Permanente em Saúde (EPS) no ambiente escolar. A ideia é proporcionar ações educativas para os professores e funcionários, buscando a resolutividade das problemáticas que surgem no cotidiano do ambiente escolar.

Associada a uma pesquisa de mestrado, este plano foi direcionado ao ensino e aprendizagem de servidores de uma instituição de ensino federal do Rio de Janeiro. Logo os temas que foram trabalhados correspondem aos problemas atuais encontrados durante o processo de trabalhos desses servidores.

A temática de primeiros socorros, identificada pelos próprios servidores e pela pesquisadora como um dos principais problemas do cenário estudado, foi priorizada neste plano, de modo que as atividades educativas proporcionasse resolutividade em relação ao conhecimento e melhoria das práticas de socorro em caso de acidentes ou agravos de saúde no ambiente escolar.

Vale ressaltar, que a EPS é entendida como uma aprendizagem cujo conhecimento é gerado na própria prática dos trabalhadores. Assim, a EPS reorganiza técnicas e altera de modo significativo o processo de trabalho das equipes, a partir dos problemas e da necessidade do dia a dia das pessoas e das organizações (BRASIL, 2015).

Apesar da EPS ser pouco conhecida no ambiente escolar, sua implantação é uma estratégia fundamental para solucionar os problemas de educação em saúde encontrados na prática escolar.

Este plano contém sugestões de ações para serem desenvolvidas não de forma pontual, mas sim permanente, de modo que a área da educação e a da saúde unam-se, em sintonia, para a melhoria da qualidade de vida dos alunos e servidores no ambiente escolar.

Os temas a serem desenvolvidos nas atividades de Educação Permanente serão definidos em conjunto nas próprias ações educativas de primeiros socorros, de maneira que ao identificarem os problemas da escola, os servidores busquem definir estratégias para solução e aprendizagem.

Os mediadores das atividades de educação permanente poderão ser tanto a equipe de saúde ou os docentes e técnicos administrativos educacionais do campus estudado. Com fim de proporcionar a integração da saúde e educação no ensino e aprendizagem de assuntos e problemas em comuns a todos.

## **2- Justificativa:**

A elaboração deste plano de Educação Permanente em Saúde irá contribuir para a organização dos processos de trabalho envolvendo saúde e educação no ambiente escolar, repercutindo na formação dos profissionais escolares e na saúde dos alunos. A relevância de um plano de EPS está atrelada à necessidade da identificação em grupo dos problemas do dia-a-dia da rotina escolar, bem como, propicia a construção de um espaço para discussão e troca de saberes para a resolutividades dos mesmos. Contudo a proposta é obter transformações e melhoria de práticas de saúde e educação no ambiente que será implantada.

## **3- Objetivos:**

- 1- Implantar a Educação Permanente em Saúde no campus Engenheiro Paulo de Frontin com ênfase no aprimoramento das práticas de saúde no ambiente escolar.
- 2- Promover a parceria da saúde e da educação no ambiente escolar.
- 3- Desenvolver a EPS na perspectiva da criação de um espaço para promoção da troca de saberes e experiências entre os servidores públicos do CEPF

## **4- Público alvo:**

Docentes e técnicos administrativos da educação do campus Engenheiro Paulo de Frontin.

## **5- Periodicidade:**

Os dias e horários serão decididos em conjunto com os servidores do campus para o desenvolvimento das ações de Educação Permanente em Saúde.

## 6- Roteiro das atividades de Educação Permanente

TÍTULO ESTRATÉGIA EDUCATIVA	TEMAS ABORDADOS	OBJETIVOS	ESTRATÉGIA EDUCATIVA	MEDIADORA	CARGA HORÁRIA	LOCAL	DATA
“A Educação Permanente na Escola”	<ul style="list-style-type: none"> <li>*Qualidades e potencialidades para desempenhar o trabalho em equipe</li> <li>*Conceito e aplicabilidade da educação permanente em saúde</li> <li>* Apresentação dos resultados da primeira fase da pesquisa (problemas relatados pelos servidores em relação aos primeiros socorros no campus)</li> <li>* Introdução da temática primeiros socorros em caso de parada cardiorrespiratória</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1-Discutir sobre a responsabilidade dos servidores na promoção e prevenção da saúde no campus.</li> <li>2-Refletir coletivamente sobre a importância da educação permanente para resolução dos problemas de saúde no ambiente escolar</li> <li>3-Identificar o conhecimento prévio dos servidores sobre parada cardiorrespiratória e os primeiros socorros</li> <li>4- Promover a reflexão sobre o trabalho em equipe na área de saúde e primeiros socorros</li> </ol>	OFICINA	ENFERMEIRA	2 HORAS	SALA C 103 CEPF	18/12/2018
“Primeiros socorros em caso de parada cardiorrespiratória”	<ul style="list-style-type: none"> <li>*Caso Antônio- Situação-problema envolvendo um quadro de parada cardiorrespiratória</li> <li>*Teoria da parada cardiorrespiratória</li> <li>* Massagem cardíaca (prática em boneco)</li> <li>*Reconhecimento da situação (Parada cardiorrespiratória)</li> <li>* RCP – Reanimação ou ressuscitação cardiopulmonar.</li> <li>*Desobstrução de vias aéreas.</li> <li>*Ventilação</li> <li>*Checagem da circulação</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1- Identificar os problemas presentes no caso Antônio.</li> <li>2- Identificar as hipóteses para os problemas</li> <li>3- Discutir em roda sobre as condutas de primeiros socorros em caso de parada cardiorrespiratória</li> <li>4- Realizar a simulação da ressuscitação cardiopulmonar no boneco específico</li> </ol>	OFICINA	ENFERMEIRA	Aprox.2 HORAS	SALA C 103 CEPF	20/02/2019

	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Estado de consciência</li> <li>* Socorro Especializado “SAMU”</li> <li>* Números telefônicos de entidades prestadoras de serviços de socorro</li> <li>*Discussão sobre os problemas encontrados na realidade do campus em relação às práticas de primeiros socorros</li> </ul>						
“Primeiros socorros em caso de Convulsão e Desmaio”	<ul style="list-style-type: none"> <li>*Caso Sofia, Situação-problema envolvendo um quadro de convulsão e desmaio na sala de aula</li> <li>*Teoria: Causas do desmaio e da convulsão.</li> <li>*Condutas em caso de desmaio (Vítima consciente e vítima inconsciente)</li> <li>*Conduta apropriada em caso de crise convulsiva.</li> <li>* Mitos em relação “enrolar a língua” durante a crise convulsiva.</li> <li>* Posicionamento correto em caso de convulsão (lateralizar cabeça)</li> <li>*Segurança da vítima</li> <li>*Posicionamento pós-ictal</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1- Identificar os problemas presentes no caso Sofia (discussão com a atual realidade da escola)</li> <li>2- Identificar as hipóteses para os problemas</li> <li>3- Discutir em roda de conversa sobre as condutas de primeiros socorros em caso de convulsão e desmaio</li> <li>4- Realizar simulação do atendimento em caso de convulsão e desmaio no boneco específico.</li> </ol>	OFICINA	ENFERMEIRA	Aprox..2 HORAS	SALA B 103 CEPF	13/03/2019
“ Abordagem em caso de crise de ansiedade	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Situação-problema envolvendo um caso de crise de ansiedade no ambiente escolar, “Caso Marlene”.</li> <li>*Problemática da saúde mental no CEPF.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1- Identificar os problemas presentes na situação-problema (discussão com a atual realidade escolar).</li> <li>2- Identificar as hipóteses para os problemas.</li> </ol>	RODA DE CONVERSA	PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA MÉDICA ENFERMEIRA	2 horas	Sala de reuniões	09/05

	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Promoção da saúde mental na escola</li> <li>* Ações educativas em conjunto com o projeto pedagógico</li> <li>* Condutas em caso de crise de ansiedade</li> </ul>	3-Discutir a problemática e propor em equipe as soluções					
“Saúde e Educação: possibilidades de diálogo”	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Programação de ações educativas em conjunto com a saúde e educação.</li> <li>* Diálogo sobre gestão do tempo (alunos e servidores).</li> <li>* Problemática: ansiedade pré-teste em alunos</li> </ul>	<p>1- Discutir em roda de conversa estratégias para o enfrentamento da problemática: Ansiedade pré-teste em alunos.</p> <p>2- Identificar hipóteses da problemática.</p> <p>2- Planejar em conjunto oficinas de organização e gestão do tempo de estudos para alunos.</p> <p>3-</p>	RODA DE CONVERSA	MÉDICA PSIQUIATRA	2 horas	Sala B 103	24/07/2019
“Primeiros socorros em caso de acidentes com animais peçonhentos”	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Caso Jardel situação-problema envolvendo um quadro de picada de cobra Jararaca.</li> <li>* Teoria: Tipos de animais peçonhentos e condutas de primeiros socorros</li> <li>* Problemática do campus em relação os animais peçonhentos (Fluxograma de atendimento)</li> <li>* Condutas em caso de picada de cobra Jararaca.</li> <li>* Segurança dos alunos e servidores em relação os acidentes com animais peçonhentos.</li> </ul>	<p>1- Identificar os problemas presentes no caso Jardel (discussão com a atual realidade escolar).</p> <p>2- Identificar as hipóteses para os problemas.</p> <p>1- Discutir em roda de conversa sobre as condutas de primeiros socorros em caso de acidente com animais peçonhentos.</p> <p>4- Realizar simulação do atendimento em caso picada ou mordedura de animais.</p>	OFICINA	PROFESSORA DE BIOLOGIA ENFERMEIRA	1 hora e 30 minutos	Sala de reuniões	14/08/2019
Orientações para utilização do ambiente virtual <i>Moodle</i>		1- Explicar os objetivos da plataforma para o desenvolvimento da educação permanente no campus.	AULA EXPOSITIVA	TÉCNICOS DE INFORMÁTICA	“ A definir”	“ A definir”	“ A definir”



para a educação permanente.		<p>2- Identificar as ferramentas da plataforma Moodle.</p> <p>3- Explorar as ferramentas da plataforma Moodle, navegando no Ambiente Virtual de Ensino e Aprendizagem.</p> <p>4- Informar os objetivos do fórum de debates.</p>					
“Prevenção de acidentes no ambiente escolar”	<p>* Situação-problema envolvendo um caso de acidente na escola.</p> <p>*Diagnostico situacional dos riscos de acidentes no CEPF.</p> <p>*Teoria dos tipos de acidentes e condutas.</p> <p>*Estratégias de prevenção de acidentes.</p>	<p>1- Identificar os problemas presentes na situação-problema</p> <p>2- Identificar as hipóteses para os problemas.</p> <p>3-Discutir a problemática e propor em equipe as soluções.</p> <p>4-Propor estratégias de conscientização dos alunos quanto aos riscos e consequências.</p>	RODA DE CONVERSA	PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA	“A definir”	“A definir”	“A definir”
“Álcool e outras drogas”	“A definir”	“A definir”	“A DEFINIR”	“A DEFINIR”	“A definir”	“A definir”	“A definir”
“Doenças sexualmente transmissíveis”	“A definir”	“A definir”	“A DEFINIR”	“A DEFINIR”	“A definir”	“A definir”	“A definir”
Outro Problema identificado no decorrer do desenvolvimento da EPS	“A definir”	“A definir”	“A DEFINIR”	“A DEFINIR”	“A definir”	“A definir”	“A definir”
Outro Problema identificado no decorrer do	“A definir”	“A definir”	“A DEFINIR”	“A DEFINIR”	“A definir”	“A definir”	“A definir”

desenvolvimento da EPS							
------------------------	--	--	--	--	--	--	--

Fonte: Elaboração própria

## **7- Resultados**

Elaboração de um portfólio para a exposição de fotos, convite e resultados das atividades de Educação Permanente em Saúde propostas por este referido plano (**anexo 1**).

## **8- Considerações finais**

Para uma implantação eficaz da Educação Permanente em Saúde no ambiente escolar foi necessária a parceria entre a educação e a saúde, visto que a conjunção dessas áreas e das diferentes experiências dos participantes em relação aos primeiros socorros proporciona aprendizagem significativa, discussão da problemática sobre outras óticas e maior reflexão para resolutividade dos problemas no ambiente escolar.

Ressalta-se, a relevância do plano de Educação Permanente em Saúde para o idealização e direcionamento das ações educativas de saúde, sendo de grande importância que esse plano seja fundamentado nos reais problemas cotidianos e na realidade dos trabalhadores, de forma que seja continuamente alimentado pelos próprios professores e funcionários do cenário escolar.

## **9- REFERÊNCIAS:**

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria-Executiva. Subsecretaria de Assuntos Administrativos. O Trabalho como fonte de formação: um movimento em construção no Ministério da Saúde Brasília: Ministério da Saúde, 2015.

CECCIM, Ricardo Burg. Desenvolvimento ou competências no trabalho em saúde: educação, áreas do conhecimento e profissões no caso da saúde. *Tempus*, v.6, n.2, p.253-277, 2012.

CENTRO PAULO FREIRE DE ESTUDOS E PESQUISAS. Biografia. Disponível em <http://www.paulofreire.org.br/> Acesso em: 10 jun. 2018.

CYRINO,E.G; TORALLES, M.L. Trabalhando com estratégias de ensino-aprendizado por descoberta na área da saúde: a problematização e a aprendizagem baseada em problemas. *Cad Saúde Pública*, v.3, n.20, p.780-788, 2004.



**Anexo-1**

**PORTFÓLIO**

**EDUCAÇÃO PERMANENTE  
NO CAMPUS ENGENHEIRO**

**PAULO DE FRONTIN**



## POR QUE TRABALHAR PRIMEIROS SOCORROS???

- \*Riscos de acidentes no ambiente escolar;
- \*Professores e funcionários despreparados para atuar em primeiros socorros;
- \*Localização do campus- (15 km do hospital mais próximo) “tempo necessário para a chegada do socorro especializado (20 minutos)”.

Local: Campus Engenheiro Paulo de Frontin.



### CONVITE PRIMEIRA OFICINA

O Serviço de Saúde do campus Eng. Paulo de Frontin- SerSa/IFRJ convida:



## ***Oficina: Educação Permanente em Primeiros Socorros***

**Temas do primeiro encontro:**

- Educação Permanente na Escola
- Primeiros Socorros para leigos
- Apresentação do fluxograma de atendimento do CEPF

**Mediadora:**  
Enfª Jéssika Castro

**Público Alvo:**  
Servidores Públicos do *campus* Eng. Paulo de Frontin- IFRJ



Local: Sala C 104  
Data: 19/12/2018  
Horário: 10:30 h

## PRIMEIRA OFICINA “A Educação Permanente na Escola”



A atividade educativa iniciou-se com uma dinâmica para estreitar os laços entre servidores e para refletir sobre o trabalho em equipe e a importância do papel de cada um na instituição de ensino.

### “DINÂMICA DA QUALIDADE”

Cada participante descreveu em uma folha A4 três qualidades que possuem.

Reflexão: o trabalho em equipe não se evidencia apenas algumas qualidades e sim diversas, pois se acoplarem o que cada um tem a oferecer o ambiente se torna muito mais produtivo e saudável.



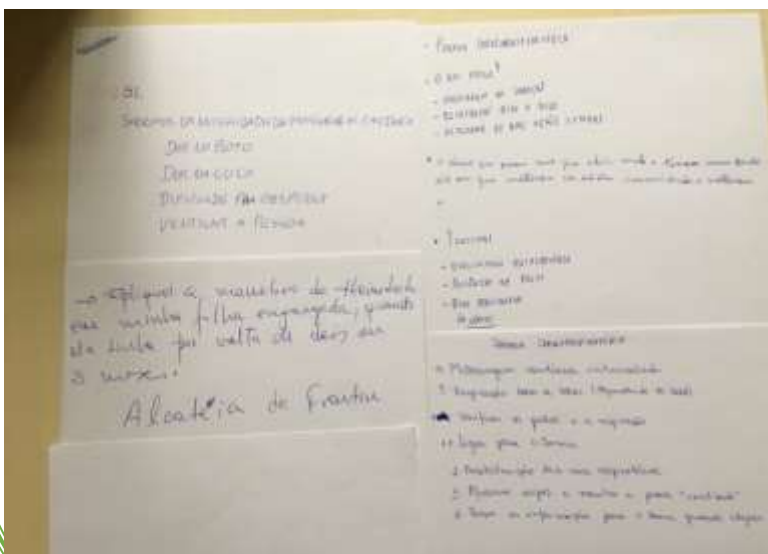
## Conhecendo a Educação Permanente

### QUAL FOI A METODOLOGIA UTILIZADA?



Em roda, se discutiu o conceito de educação permanente e a importância do uso de metodologias ativas. Durante a atividade foram apresentadas outras pesquisas que utilizaram a educação permanente como estratégia para resolução dos problemas de saúde no ambiente escolar.

Posteriormente, divididos em grupos, os participantes descreveram os conhecimentos prévios sobre parada cardiorrespiratória e massagem cardíaca.





## SEGUNDA OFICINA

Nesta oficina, os participantes foram alocados em quatro grupos distintos para a discussão da situação-problema envolvendo um caso de Parada Cardiorrespiratória no ambiente escolar (Caso Antônio).



*“Quem ensina aprende ao ensinar. E quem aprende ensina ao aprender.” (Paulo Freire)*

**A TEORIZAÇÃO DA TEMÁTICA SE DEU ATRAVÉS DE UMA AULA EXPOSITIVA DIALOGADA**



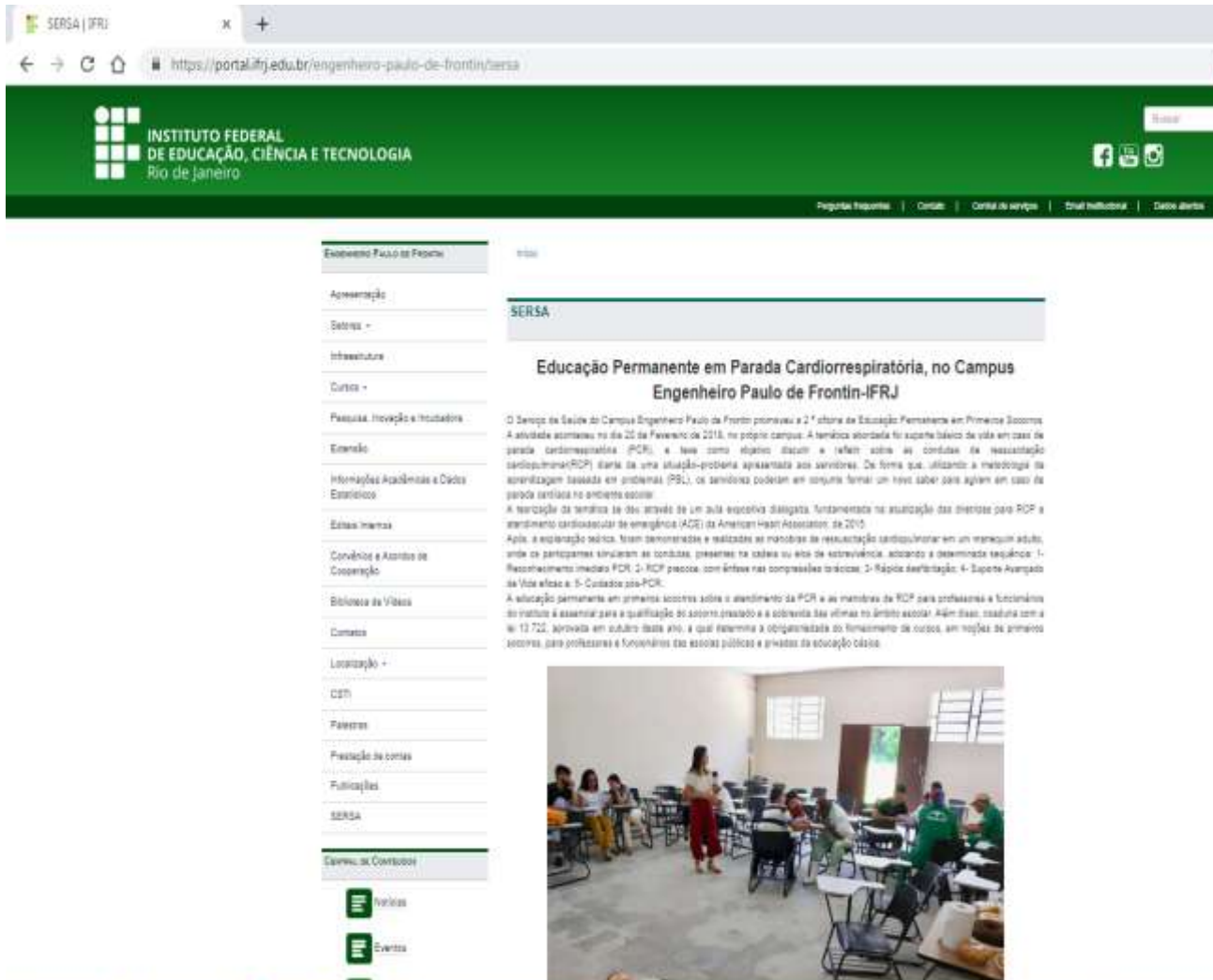


*"Para que um novo instrumento lógico se construa, é preciso sempre instrumentos lógicos preliminares; quer dizer que a construção de uma nova noção suporá sempre substratos, subestruturas anteriores e isso por regressões indefinidas." Jean Piaget.*

### **FORMAÇÃO DE UM NOVO SABER EM PCR**



**A realização da oficina e seus objetivos foram publicados no site institucional do Instituto Federal do Rio de Janeiro. Segue a reportagem abaixo:**



**SERSA**

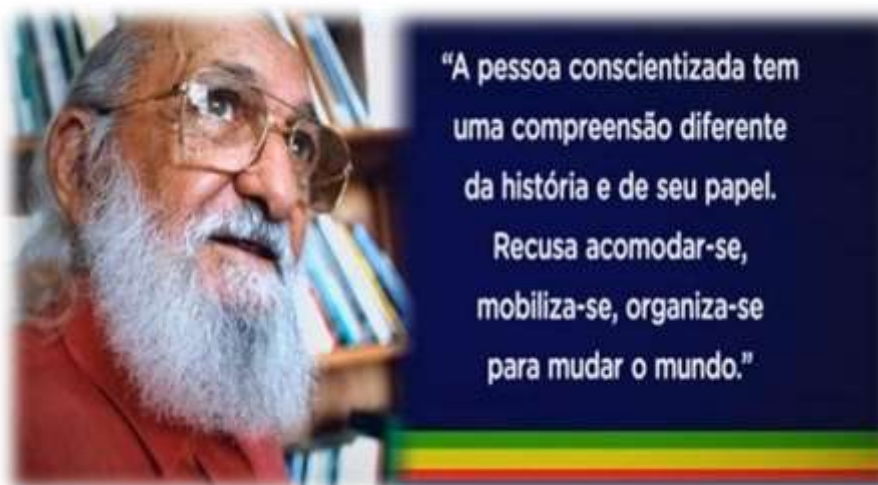

### Educação Permanente em Parada Cardiorrespiratória, no Campus Engenheiro Paulo de Frontin-IFRJ

O Serviço de Saúde do Campus Engenheiro Paulo de Frontin promoveu a 2ª oficina de Educação Permanente em Primeiro Socorro. A atividade aconteceu no dia 20 de Fevereiro de 2019, no próprio campus. A temática abordada foi suporte básico de vida em caso de parada cardiorrespiratória (PCR), e teve como objetivo discutir e refletir sobre as condutas de ressuscitação cardiocirculatória (RCP) diante de uma situação-problema apresentada aos servidores. De forma que, utilizando a metodologia de aprendizagem baseada em problemas (PB), os servidores puderam em conjunto formar um novo saber para agir em caso de parada cardíaca no ambiente escolar.

A elaboração da temática se deu através de um aula expositiva dialogada, fundamentada na atualização das diretrizes para RCP e atendimento cardiocirculatório de emergência (ACE) da American Heart Association, de 2015.

Após a explanação teórica, foram demonstradas e realizadas as manobras de ressuscitação cardiocirculatória em um manequim adulto, onde os participantes simularam as condutas, presentes no cenário ou área de sobrevivência, segundo a seguinte seqüência: 1- Reconhecimento imediato PCR; 2- RCP precoce, com ênfase nas compressões torácicas; 3- Rápida desfibrilação; 4- Suporte Avançado de Vida e; 5- Cuidado pós-PCR.

A atualização permanente em primeiros socorros sobre o atendimento de PCR e as manobras de RCP para professores e funcionários do Instituto é essencial para a qualificação do corpo docente e a cobertura das vítimas no âmbito escolar. Além disso, criada em nº 12.722, aprovada em outubro desse ano, a qual determina a obrigatoriedade do fomento de cursos, em regimes de primeiros socorros, para professores e funcionários das escolas públicas e privadas da educação básica.



## TERCEIRA OFICINA

“Mudar é difícil, mas é possível.” (Paulo Freire)

Primeiros socorros em caso de desmaio e convulsão no ambiente escolar

### CONHECIMENTO PRÉVIO DOS SERVIDORES



“Cada indivíduo, num processo que só a ele compete, faz a junção daquilo que sabe (conhecimento prévio) com o que está sendo ofertado (interação com o meio) e a partir disso cria uma nova significação, um novo conhecimento.”

- Ana L. Hennemann



**Discussão em roda: Identificando os problemas do caso Sofia e refletindo sobre a realidade do campus Engenheiro Paulo de Frontin.**



***“Educar é impregnar de sentido o que fazemos a cada instante!”  
(Paulo Freire)***



***É certo que outros encontros virão, pois a Educação Permanente é a chave para as transformações das práticas de saúde no Campus Engenheiro Paulo de Frontin.***



A teoria sem a prática vira 'verbalismo', assim como a prática sem teoria, vira ativismo. No entanto, quando se une a prática com a teoria tem-se a práxis, a ação criadora e modificadora da realidade.

Paulo Freire

## 1ª RODA DE CONVERSA: COMO PROCEDER EM CASO DE CRISE DE ANSIEDADE?

*Onde quer que haja mulheres e homens, há sempre o que fazer, há sempre o que ensinar, há sempre o que aprender (Paulo Freire).*

**Apresentação e discussão sobre o caso “Marlene” (Apêndice G) . Situação problema envolvendo crise de ansiedade de uma aluna.**



**ANSIEDADE É DEFINIDA COMO UM ESTADO DE PREOCUPAÇÃO EXCESSIVA, UMA APREENSÃO NEGATIVA EM RELAÇÃO AO FUTURO E INQUIETAÇÃO DESCONFORTÁVEL; INCLUI MANIFESTAÇÕES SOMÁTICAS (CEFALEIA, TAQUICARDIA, TREMORES, VERTIGEM, SUDORESE, PARESTESIAS, NÁUSEAS, DIARREIA ETC.) E PSÍQUICAS (INQUIETAÇÃO INTERNA, INSEGURANÇA, INSÔNIA, IRRITABILIDADE, DESCONFORTO MENTAL, DIFICULDADE PARA SE CONCENTRAR ETC.).**



Cartoon de Clara Gomes

Fonte: REVISTA OFICIAL DO NÚCLEO DE ESTUDOS DA SAÚDE DO ADOLESCENTE / UERJ, Vol. 10 Supl. 3 - Out - 2013

## RESULTADO DA DISCUSSÃO DO CASO (Apêndice G):

### O QUE FAZER DURANTE UMA CRISE DE ANSIEDADE?

1- Detectar os sintomas ansiosos agudos.

**“Frio na barriga”, estômago embrulhado (náusea), coração batendo acelerado, sensação de apreensão, angústia, agitação, corpo trêmulo, boca seca, suor excessivo, respiração ofegante, choro copioso.**

2- Utilizar estratégias de tranquilização e relaxamento de acordo com a intensidade da crise.

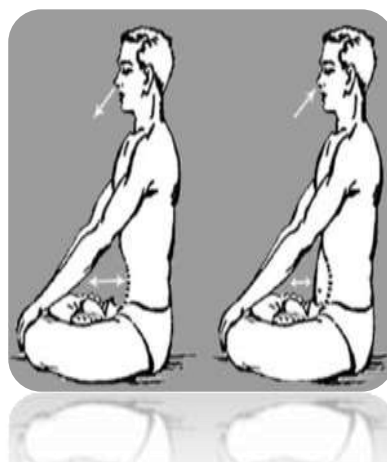
3- Após certa tranquilização, fazer uma escuta sobre o que aconteceu.

4- Se colocar no lugar de observador, por meio da tomada da perspectiva do aluno, e procurar os gatilhos de ideias disfuncionais, como generalizações e exageros.

5- Tentar achar estratégias junto ao aluno para tirar o peso daquela situação.

*A adolescência é considerada um período de vulnerabilidade ao surgimento ou agravamento de sintomas ansiosos. O grau de prejuízo e a interferência no funcionamento diário do adolescente que configuram os sintomas como um transtorno de ansiedade (FILHO; SILVA,2013).*

**Após identificação dos problemas do caso apresentado e discussão para resolutividade, o professor de Educação física demonstrou técnicas de respiração para ansiedade.**



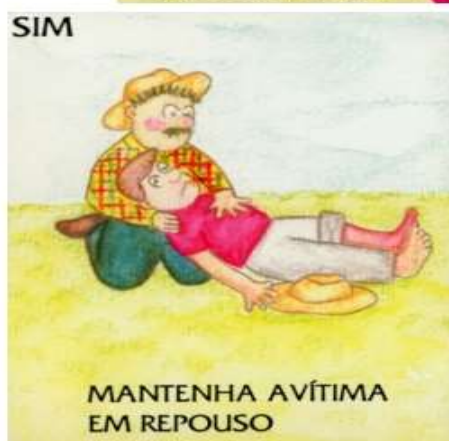
## QUARTA OFICINA

“Não há saber mais ou saber menos: Há saberes diferentes” (Paulo Freire).

### Primeiros socorros em caso de acidentes com animais peçonhentos



Nessa oficina, trabalhamos a situação-problema caso Jardel (Apêndice H), que relata um acidente com um cobra Jararaca. Discutimos os primeiros socorros necessários diante do quadro e medidas preventivas em relação a acidentes com animais peçonhentos.





Na oficina refletimos sobre a importância do conhecimento em primeiros socorros e novas estratégias para o aprendizado e ensino de toda a comunidade escolar.

**Atividades educativas para os alunos (foco na prevenção de acidentes com animais peçonhentos).**

**Sinalização em pontos estratégicos com placas elaboradas pelo próprio aluno indicado o risco de acidentes.**

**Construção de novo fluxograma de atendimento em caso de acidentes com animais peçonhentos.**



**“É PRECISO DIMINUIR A DISTÂNCIA ENTRE O QUE SE DIZ E O QUE SE FAZ, ATÉ QUE NUM DADO MOMENTO, A TUA FALA SEJA A TUA PRÁTICA”**

**CUIDADO!**

O PERIGO PODE ESTAR POR PERTO



Aula positiva dialogada com os servidores sobre os tipos de animais peçonhentos e condutas em caso de acidentes.



**“Aprender é a única coisa de que a mente nunca se cansa, nunca tem medo e nunca se arrepende.” (Leonardo da Vinci)**

## **10- APÊNDICE**

### **A- SITUAÇÃO-PROBLEMA CASO ANTÔNIO**

**Apresentação de situações fictícias que podem ocorrer a qualquer momento no ambiente escolar. Caso elaborado a partir dos depoimentos e descrições dos servidores sobre a importância do conhecimento de primeiros socorros na função que exercem no campus. Tema abordado: Parada cardiorrespiratória.**

#### **CASO ANTÔNIO**

Antônio é servidor público do Instituto Federal do Rio de Janeiro, lotado no campus Engenheiro Paulo de Frontin, onde exerce o cargo de auxiliar administrativo. Tem 52 anos, diabético descompensado, hipertenso, obeso e não pratica atividades físicas regularmente. No dia 6 de dezembro de 2018, durante o desempenho de suas atividades, sofreu um episódio de perda súbita de consciência e veio ao chão. Imediatamente, a servidora Almerinda, sua colega de setor, foi socorrê-lo.

Antônio não respirava e não respondia por estímulos de voz e nem ao toque. Almerinda imaginou que seria um caso de desmaio, já que ele era portador de diabetes e hipertensão. Como havia assistido em um filme que o uso de um pouco de água no rosto do desmaiado poderia fazê-lo retomar a consciência, foi até o banheiro próximo, trouxe um copo com água da torneira e aplicou-lhe na testa, bochechas e queixo. Após cinco minutos do ocorrido e sem reação de Antônio, Almerinda resolveu chamar alguém do setor ao lado para auxiliar no socorro.

Pedro foi verificar o que estava ocorrendo ao ouvir os gritos de socorro de Almerinda. Chegando à cena, constatou que Antônio não respirava, não tinha pulsação periférica e apresentava pele fria e cianótica. Realizou imediatamente a massagem cardíaca. Se posicionou ao lado da vítima e com uma das mãos iniciou as compressões na região abaixo do mamilo direito. Pedro participou de um curso de primeiros socorros na década de 1990, como nunca prestou socorro a ninguém, não lembrava quase nada da conduta em caso de parada cardíaca. Porém, sabia que se a vítima estava num quadro de inconsciência, não respondendo a estímulos, não respirando e sem pulsação, era caso para realizar a massagem cardíaca. Cansado e sem sucesso no procedimento, Pedro solicita Almerinda para que chamasse pelo socorro, orientando a ligar para o SAMU no número 194. Sem sinal de celular, Almerinda preferiu ligar para o ramal da COTUR e solicitar o

socorro. O telefone institucional não estava realizando ligações externas e diante disso foi necessário utilizar o telefone móvel “institucional” para realizar o chamado emergencial. Passados 25 minutos, o SAMU chega ao campus Engenheiro Paulo de Frontin.

A equipe especializada realizou os procedimentos necessários e o médico atesta o óbito. O enfermeiro do SAMU perguntou ao servidor Pedro há quanto tempo tinha ocorrido o acidente e se alguém tentou a reanimação. Pedro respondeu que havia aproximadamente 50 minutos do início do mal súbito da vítima e que ele chegou a realizar um ciclo com 40 compressões cardíacas, porém sem sucesso. Nervosa, Almerinda, que estava ouvindo os questionamentos, pergunta ao enfermeiro qual seria a conduta correta para que o atendimento fosse eficiente com possibilidade de reanimação de Antônio. O enfermeiro responde....

## **APÊNDICE B: SITUAÇÃO-PROBLEMA CASO SOFIA**

**Apresentação de situações fictícias que podem ocorrer a qualquer momento no ambiente escolar. Caso elaborado a partir dos depoimentos e descrições dos servidores sobre a importância do conhecimento de primeiros socorros na função que exercem no campus. Tema abordado: Desmaio e convulsão.**

### **CASO SOFIA**

Sofia é aluna do curso de graduação em Jogos Digitais do campus Engenheiro Paulo de Frontin. Tem 19 anos e faz tratamento para epilepsia. No dia 10 de fevereiro de 2019, após comer um sanduíche natural e beber um suco de caju no intervalo, Sofia foi assistir a aula de programação II. No decorrer da aula apresentou um mal-estar súbito e desmaiou. Um colega de sua classe verificou que ela estava consciente, porém, um pouco desorientada. Solicitou que ela levantasse para tentar caminhar um pouco, pois viu em um programa no “YOU TUBER” que a caminhada ajudaria na circulação sanguínea, mas Sofia estava enfraquecida e não conseguiu realizar os comandos. A professora da disciplina, Gianete, foi ajudar no socorro e inesperadamente, Sofia começou com contrações involuntárias por toda a musculatura corpórea, ou seja, teve uma crise convulsiva. Gianete verificou que Sofia estava com salivação excessiva e solicitou a um colega da classe que buscasse um copo de água. Inquieta e desesperada, Gianete repetidamente gritava: \_\_ Sofia, Sofia! Não morra, Sofia!!!! Lute com isso, seja forte Sofia!!!. Ao ouvir os gritos, um maior número de espectadores compareceu na cena e se amontoou próximo à vítima. O aluno Mateus impediu os movimentos abruptos de Sofia, segurando seus braços e pernas, além disso, avisou a professora sobre o risco de a língua enrolar e a vítima falecer por engasgo. Gianete ficou ainda mais eufórica e resolveu, com os próprios dedos, impedir tal fatalidade. Passados dois minutos, a crise cessou e Sofia recobrou a consciência, porém estava sonolenta, assustada e desorientada. Sofia reclamou de dores de cabeça e Mateus verificou um pequeno sangramento na região próxima à nuca. O SAMU foi acionado e realizou o atendimento pós-convulsão e encaminhou a vítima para a unidade de pronto atendimento de Morro Azul. O acontecimento causou grande alvoroço no ambiente escolar e vídeos circularam em redes sociais expondo a vítima e os socorristas.

## APÊNDICE C: SITUAÇÃO-PROBLEMA CASO JARDEL

**Apresentação de situações fictícias que podem ocorrer a qualquer momento no ambiente escolar. Caso elaborado a partir dos depoimentos e descrições dos servidores sobre a importância do conhecimento de primeiros socorros na função que exercem no campus. Tema abordado: Acidentes com animais peçonhentos**

### CASO JARDEL

O aluno Jardel, do curso técnico integrado em Informática, estava jogando ping-pong próximo a quadra poliesportiva do campus Engenheiro Paulo de Frontin. Inúmeras vezes a bolinha caiu distante da brincadeira e um dos participantes ia buscá-la. Porém, em uma jogada mais forte a bola desapareceu no meio da vegetação. Jardel, imediatamente entrou pelo mato a fora em busca da peteca, e sem perceber o risco que corria foi vítima de uma picada de cobra. Petruna, sua amiga de classe e parceira do jogo, gritou: Jardel, está tudo bem aí ?? Jardel??? Jardel??. Ele respondeu: Corre aqui Petruna, fui mordido por uma cobra e doeu demais. Quando chegou próximo do local, Petruna viu que Jardel tinha tirado a camisa e amarrado em sua perna direita, do mesmo jeito que ela tinha visto em um filme de guerra quando sofriam amputações. Desesperado, Jardel solicitou que Petruna o ajudasse a encontrar a cobra, pois ele não conseguiu identificá-la. Após o acidente, e sem sucesso em sua busca, Jardel fez um pequeno corte no local da ferida, usando a ponta de uma chave de seu chaveiro, segundo ele o sangramento eliminaria o veneno da cobra. Após esse pequeno “procedimento” Jardel foi correndo até a COTUR informar o ocorrido. O funcionário Mateus imediatamente ligou para os responsáveis do aluno e comunicou que ele seria encaminhado para o pronto atendimento de Morro Azul. Jardel relatou que estava se sentindo bem e que já tinha uns 15 minutos da picada, só queria ver com alguém da COTUR quais as espécies identificadas na região do campus e se por acaso era a cobra do chocalho. O funcionário disse não possuir conhecimentos sobre cobras e muito menos quais seriam as espécies que viviam nesse habitat. Jardel pediu para tomar água e comer algo, pois estava com fome e sede. Mateus disse que por não saber como proceder em caso de acidentes com animais achava melhor Jardel não ingerir nada, pois já viu casos que a pessoa morria mais rápido após comer algo. Ao ouvir isso, Jardel começou a ficar ansioso e ao inspecionar o local da picada percebeu que havia um pequeno inchaço ao redor, dor ao pressionar a ferida e

sangramento. Após insistência do funcionário e orientações, Jardel foi encaminhado para unidade de Morro Azul. Ao chegar na unidade o Médico informou que o aluno deveria ser encaminhado para Vassouras, já que o Hospital Universitário Severino Sombra é referência para região (contém o soro Antibotrópico-crotálico (SABC)).

## APÊNDICE D: SITUAÇÃO-PROBLEMA CASO MARLENE

**Apresentação de situações fictícias que podem ocorrer a qualquer momento no ambiente escolar. Caso elaborado a partir dos problemas identificados na prática dos servidores. Tema abordado: Crise de ansiedade.**

Marlene chega a CoTur trazida por uma amiga, andando e lúcida.

Contudo transpira excessivamente, está ofegante que mal consegue falar, tremula e chorando copiosamente. Sua amiga diz que não consegue acalmá-la e não sabe o que aconteceu para ela ficar assim. Estavam com outros colegas estudando e de repente ela começou a chorar.

O Servidor observa que a aluna está consciente, deambulando normal, não tinha se urinado ou evacuado e pergunta: “Qual seu nome e turma?”

**Aluna:** “Marlene, primeiro período técnico”

**Servidor:** “Está sentindo alguma coisa? tonteira? ambiente rodando? alguma dor?”

**Aluna:** “Não”

O servidor utiliza tom de voz calmo e seguro e convida Marlene para se sentar. Dispensa amiga, assegurando que o ambiente fique com o menor número de pessoa e mais calmo. Percebe que a crise é intensa e ela está ofegante. Pede a ela para se recostar na cadeira (ou poderia deitá-la), fechar os olhos, respirar lentamente e profundamente pelo nariz, tentando relaxar os diferentes grupos musculares e concentrando-se num cenário tranquilo.

Espera pacientemente (5 a 15 min) fala para a aluna que parece uma crise de ansiedade e vai melhorando.

A aluna vai ficando menos ofegante, mas continua chorando.

Servidor pergunta: “O que houve?”

**Aluna:** “Estou nervosa! não sei! acho que foi por causa da prova de matemática que vou ter no segundo tempo”

**Servidor:** “Você já fez alguma prova de matemática esse ano? Como foi?”

**Aluna:** “Sim! tirei 4” e “preciso de 9 na prova de hoje porque tem 1 ponto de trabalho”

**Servidor:** “Você já ficou assim antes?”

**Aluna:** “Sempre fico nervosa com prova mas nunca dessa forma”

**Servidor:** “Você vinha estudando em casa?”

**Aluna:** “Sim, mas acho que não sei resolver os problemas”

**Servidor:** “Como você tem estudado?”

**Aluna:** “ano passado eu tinha uma explicadora de matemática, 3 vezes na semana, mas este ano como estudo a tarde, e como ela só pode a tarde, não pude mais ir. Tem duas semanas que ela arrumou um horário no sábado, mas fui poucas vezes”.

**Servidor:** Observa que já houve importante melhora da respiração ofegante, foi parando de chorar, mas ela se mantinha com a sensação de estar nervosa.

**Você consegue entender porque ela começou de repente a entrar numa “crise” de ansiedade? ...**

**Servidor:** “Porque você veio de manhã se sua aula é a tarde?”

**Aluna:** “Vim estudar com uns colegas”

**Servidor:** “Como vocês estavam estudando juntos?”

**Aluna:** “Resolvendo a folha de exercícios que o professor deu”

**Servidor:** “Mas como é? Cada um tentava resolver os problemas sozinho e tirava duvida com outro, ou um vai cantando as questões em voz alta e aí cada um vai falando como acha que pode resolver?”

**Aluna:** “Sim dessa última forma”

*\*\*Comentário: Percepção de cobrança (ser pertencente apenas se for competente) social (dos pares) e pessoal e a possibilidade de fracasso são alguns dos fatores que podem tornar a situação de prova um evento estressante e gerador de ansiedade. É na vida escolar, principalmente na adolescência, que se iniciam momentos de expectativas e incertezas em que o principal é provar sua capacidade.*



