

Plano Pedagógico de Curso

1. Identificação do Curso

- **Tema:** Primeiros Socorros Básicos Aplicados ao Ambiente de Trabalho
- **Carga Horária Total:** 4 horas
- **Público-alvo:** Trabalhadores em geral, membros da CIPA, brigadistas e qualquer pessoa designada para prestar os primeiros socorros conforme a NR 7.
- **Modalidade:** Presencial (Teórico e Prático)
- **Responsável Técnico:** Rafael Prado Henrique, Engenheiro de Segurança do Trabalho
- **Co-responsável Técnica:** Flávia Cristina Cruz de Oliveira, Técnica em Enfermagem

2. Justificativa

A prestação de primeiros socorros de forma rápida e eficaz é um fator determinante para a sobrevivência e a redução de sequelas em vítimas de acidentes ou mal súbito. Em conformidade com a Norma Regulamentadora nº 7 (PCMSO), que exige que todo estabelecimento possua material necessário à prestação dos primeiros socorros e pessoal treinado, este curso se faz essencial. A capacitação visa preparar os colaboradores para agir corretamente em situações de emergência até a chegada do socorro especializado, minimizando os agravos à saúde do acidentado e promovendo um ambiente de trabalho mais seguro e preparado.

3. Objetivos do Curso

- **Objetivo Geral:** Capacitar os participantes a identificar situações de emergência, acionar corretamente o socorro e aplicar as técnicas básicas de primeiros socorros de forma segura e eficaz, com foco em cenários comuns no ambiente de trabalho.
- **Objetivos Específicos:** Ao final do curso, o participante deverá ser capaz de:
 - Reconhecer a importância da segurança da empresa e do socorrista.
 - Realizar a avaliação primária da vítima, identificando riscos iminentes à vida.

- Identificar uma parada cardiorrespiratória (PCR) e iniciar as compressões torácicas (RCP) de alta qualidade.
- Prestar o primeiro atendimento a vítimas de acidentes com eletricidade, respeitando os limites de segurança.
- Controlar hemorragias e realizar curativos de proteção em diferentes tipos de ferimentos.
- Aplicar técnicas básicas de imobilização e transporte de acidentados para evitar o agravamento de lesões.

4. Conteúdo Programático

O conteúdo será dividido em módulos teóricos e práticos, com tempo estimado para cada um, permitindo uma abordagem aprofundada e interativa.

- **Módulo 1: Princípios Fundamentais e Avaliação da Vítima (60 minutos)**
 - **Teoria (30 min) - Instrutor Principal (Rafael):**
 - Apresentação dos instrutores e objetivos do curso.
 - Aspectos legais e a importância dos Primeiros Socorros (relação com NR 7).
 - **Condições para a Prestação de Primeiros Socorros:**
 - Segurança em primeiro lugar: Avaliação da cena (riscos de incêndio, elétricos, químicos, etc.).
 - Segurança do socorrista: Uso de Equipamentos de Proteção Individual (EPIs), como luvas.
 - Acionamento do socorro especializado (SAMU 192, Bombeiros 193): Quando e como chamar.
 - **Teoria e Prática (30 min) - Co-instrutora (Flávia):**
 - Diferença entre Urgência e Emergência e o conceito de Atendimento Pré-Hospitalar (APH).
 - **Avaliação primária da vítima (protocolo XABCDE adaptado para leigos):**
 - **X:** Contenção de hemorragias exsanguinantes (visão geral).
 - **A:** Vias aéreas com controle da cervical.
 - **B:** Boa respiração - **Avaliação da Respiração.**

- **C:** Circulação e pulso.
 - **D:** Estado neurológico (nível de consciência).
 - **E:** Exposição da vítima (procurar lesões).
 -
 - **Módulo 2: Parada Cardiorrespiratória (PCR) e Acidente Elétrico (75 minutos)**
 - **Teoria e Prática (60 min) - Co-instrutora (Flávia):**
 - **Parada Respiratória e Cardíaca:** Como reconhecer (ausência de respiração e de resposta).
 - Reanimação Cardiopulmonar (RCP) em adultos: Demonstração e prática intensiva em manequins.
 - Posicionamento correto das mãos.
 - Frequência e profundidade das compressões.
 - Importância da continuidade e do revezamento.
 - Uso do Desfibrilador Externo Automático (DEA): Demonstração com equipamento de treino.
 - **Teoria (15 min) - Instrutor Principal (Rafael):**
 - **Atendimento à Vítima de Acidente com Eletricidade:**
 - **Passo 1: SEGURANÇA!** Como garantir que a cena esteja segura (desligar a fonte de energia). NUNCA tocar na vítima antes disso.
 - Riscos associados: Queimaduras e parada cardíaca.
 - Procedimento após o desligamento da energia: Tratar como vítima de trauma e PCR, se for o caso.
- **Módulo 3: Ferimentos, Hemorragias e Transporte (90 minutos)**
 - **Teoria e Prática (45 min) - Co-instrutora (Flávia):**
 - **Ferimentos com e sem Hemorragias:**
 - Tipos de ferimentos (cortes, perfurações, escoriações).
 - Tipos de hemorragia (arterial e venosa).

- Técnicas de hemostasia (contenção de sangramento):
 - Pressão direta no local.
 - Curativo compressivo.
 - Elevação do membro.

- **Teoria e Prática (45 min) - Ambos os instrutores:**
 - **Transporte de Pessoas Acidentadas:**
 - A regra de ouro: "Não mover a vítima", a menos que a cena ofereça risco iminente.
 - Suspeita de fratura de coluna: Como identificar e a importância da imobilização.
 - Técnicas de rolamento (90°) e elevação em bloco (demonstração).
 - Uso de pranchas e macas (se disponível).
 - Técnicas de transporte de fortuna (com cadeiras, panos, etc.).

- **Encerramento (15 min):**
 - Recapitulação geral, espaço para dúvidas finais.
 - Aplicação de uma breve avaliação teórica.

5. Metodologia de Ensino

A metodologia será ativa e participativa, combinando teoria e prática para maximizar a retenção do conhecimento e o desenvolvimento de habilidades.

- **Exposição Teórica Dialogada:** Apresentação dos conceitos com slides, vídeos e discussões, incentivando a participação dos alunos. Seguindo a apostila prática, o aluno deverá ser capaz de realizar todas as atividades de forma individual ou coletiva.

6. Avaliação da Aprendizagem

- **Avaliação Prática (Formativa):** Realizada de forma contínua durante as simulações. Os instrutores observarão a habilidade dos alunos em executar os procedimentos corretamente, oferecendo feedback imediato.
- **Avaliação Teórica (Somativa):** Ao final do curso, será aplicado um questionário de múltipla escolha com 10 a 15 perguntas sobre o conteúdo abordado, para verificação da absorção do conhecimento teórico. A aprovação requer um mínimo de 70% de acerto.