



FACULDADE PERNAMBUCANA DE SAÚDE

CURSO DE MEDICINA

**APRENDER PARA SALVAR: CAPACITAÇÃO EM PRIMEIROS SOCORROS
PARA IDOSOS E REDE DE APOIO NO COMPAZ DO PINA**

Alice Ramos Pereira de Carvalho

Isabela Ferrari Lima

Isabela Lins de Menezes Tinoco

Isadora Torres Marinho

Ítala Maysa de Farias Fidelis

Liz Cardoso Alves

Maria Beatriz Portela Marques

Maria Carolina do Amaral Barbosa

Maria Luísa Ferreira Russo

Maria Sophia Moraes de Barros Guimarães

Vanessa de Sales Silva

RECIFE

2026

Curso: Medicina

Professora orientadora: Mariana Olívia

Estágio docente: Bianca Peixinho

Unidade parceira: COMPAZ do Pina

1. Introdução e justificativa

O envelhecimento da população tem aumentado a ocorrência de doenças crônicas, limitações físicas e situações de risco, como quedas, engasgos e problemas cardiovasculares, principalmente no ambiente domiciliar, tornando-se um importante problema de saúde pública (BRASIL, 2023). Nessas situações, os primeiros socorros — entendidos como cuidados imediatos realizados até a chegada de atendimento especializado — são essenciais para preservar a vida e evitar o agravamento do quadro (Pereira et al., 2025).

No entanto, muitas pessoas, incluindo idosos, cuidadores e familiares, não possuem preparo adequado para agir nessas situações, recorrendo a práticas baseadas no senso comum, que podem ser inadequadas e prejudicar a vítima (Carvalho et al., 2017). Além disso, ainda há poucas ações educativas voltadas especificamente para esse público, considerando suas necessidades e realidade, o que evidencia uma lacuna na promoção da educação em saúde (Fernandes et al., 2018).

Diante disso, este projeto tem como objetivo capacitar a população idosa, bem como seus cuidadores, familiares e funcionários do COMPAZ do Pina, em noções básicas de primeiros socorros e prevenção de acidentes, por meio de ações educativas simples, práticas e acessíveis. A importância da proposta também se confirma pela observação, durante visita prévia ao local, da necessidade de orientações práticas sobre cuidados de saúde, como a aferição correta da pressão arterial, especialmente antes e após atividades físicas. Assim, ao unir conhecimento científico com as necessidades da comunidade, o projeto busca promover mais segurança, autonomia e qualidade de vida para os idosos e as pessoas ao seu redor.

2. Público-alvo

Idosos frequentadores do COMPAZ do Pina e sua rede de apoio, incluindo familiares, cuidadores e funcionários da unidade.

3. Local

Área aberta do COMPAZ do Pina.

4. Objetivos

Objetivo geral

Capacitar idosos e sua rede de apoio para agir de forma segura e eficaz em situações de emergência.

Objetivos específicos

- Desenvolver habilidades básicas em primeiros socorros;
- Ensinar o reconhecimento de situações de emergência, como engasgo, infarto e quedas;
- Orientar a execução de manobras iniciais de suporte à vida;
- Ensinar a aferição correta da pressão arterial;
- Promover maior autonomia e segurança no cuidado com a saúde.

5. Assuntos abordados

1. Engasgo
2. Reanimação cardiopulmonar (RCP)
3. Abertura de vias aéreas
4. Aferição da pressão arterial

5. Quedas
6. Infarto

6. Fundamentação teórica

Os primeiros socorros consistem em um conjunto de medidas iniciais prestadas a uma pessoa em situação de emergência, com o objetivo de preservar a vida, evitar o agravamento do quadro e promover a recuperação até a chegada de atendimento especializado. (BRASIL,2025)

Na população idosa, eventos como quedas representam uma das principais causas de morbidade e perda de independência funcional. Além disso, condições como infarto agudo do miocárdio e parada cardiorrespiratória exigem reconhecimento rápido e intervenção imediata para aumentar as chances de sobrevivência. (BRASIL,2025)

O projeto está alinhado com os princípios do Sistema Único de Saúde (SUS), especialmente no que se refere à promoção da saúde, prevenção de agravos e educação em saúde. Também se relaciona com a Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa, que prioriza a manutenção da autonomia e independência, incentivando práticas que permitam ao idoso viver com qualidade de vida pelo maior tempo possível. (BRASIL,2006) Adicionalmente, dialoga com a Caderneta de Saúde da Pessoa Idosa, ao estimular o acompanhamento de indicadores como pressão arterial e ao promover a conscientização sobre riscos e cuidados essenciais no cotidiano. (BRASIL,2006)

7. Metodologia de intervenção

Tipo de intervenção:

Ativa e participativa, diretamente com o idoso. Será um tratamento e uma comunicação horizontal, que preze pelo o ensinamento e a prática na hora, de forma simples e eficaz.

Diagnóstico situacional:

Identificou-se a necessidade, por meio de uma visita ativa ao local e guiada pelo gerente do COMPAZ, de capacitação dos idosos e de sua rede de apoio em relação aos conhecimentos básicos de primeiros socorros, além de dificuldades práticas, como a aferição correta da pressão arterial, baseado nos relatos do gerente do COMPAZ quando foi questionado as vulnerabilidades do local.

Essa demanda é justificada, muitas vezes, pela falta de um preparo específico de profissionais voltados diretamente para essa área .

Estratégias

- Utilização de folhetos educativos
- Dinâmicas interativas
- Simulações práticas
- Rodas de conversa

Parcerias:

Profissionais de saúde, mais especificamente a mãe de uma integrante formada em Medicina.

Recursos

- Folhetos informativos
- Esfigmomanômetro
- Estetoscópio
- Materiais de simulação
- Lanche para acolhimento dos participantes

Etapas

1. Acolhimento dos participantes: Receber os idosos de forma que eles fiquem confortáveis para participar do projeto, oferecendo comidas e bebidas no local e interagindo educadamente com eles.

2. Abordagem teórica por meio de roda de conversa: Apresentar a importância da aprendizagem sobre primeiros socorros, destacando a possibilidade de salvar vidas em acidentes e a necessidade de saber aferir sinais vitais para a prevenção de doenças. Depois, explicar o passo-a-passo das manobras para engasgo e reanimação cardiopulmonar, e o passo-a-passo da aferição da pressão.

3. Atividades práticas com participação ativa do público: Após os ensinamentos teóricos, chamaremos os participantes para praticar as habilidades ensinadas a partir de um modelo de RCP e instrumentos para medir a pressão arterial.

8. Cronograma

Dia único: Engasgo, infarto, quedas, RCP, abertura de vias aéreas e aferição de pressão.

Etapas:

1. Lanche introduzindo o projeto e conhecendo quem vai participar, entendendo a realidade de cada um; Lanche: Bolo de banana, café e pão de queijo.
2. Realização de 5 perguntas para entendermos o conhecimento prévio dos participantes sobre o assunto;
3. Roda de conversa com a parte teórica;
4. Execução da prática abrindo espaço para que eles participem;
5. Perguntas dinâmicas e interativas sobre todo o projeto incluindo os assuntos discutidos;
6. Realização das mesmas 5 perguntas do início para ver se o projeto contribuiu para o entendimento sobre o tema abordado;
7. Distribuição de panfletos no Compaz e não só aos que participarem do projeto.

9. Avaliação do projeto

A avaliação será realizada por meio de questionários abertos, abrindo espaço para entender o conhecimento prévio dos idosos em relação ao assunto, fazendo as mesmas perguntas no fim do projeto para a percepção da evolução antes e depois na participação do projeto.

1. Engasgo

Se uma pessoa estiver engasgada e não conseguir falar ou tossir, o que você deve fazer primeiro?

Avalia: reconhecimento de gravidade e conduta imediata

2. Infarto

Quais sinais podem indicar infarto?

Avalia: identificação de sinais clássicos (fundamental para acionar ajuda)

3. Quedas

Ao encontrar uma pessoa que caiu no chão, o que você deve fazer primeiro?

Avalia: conduta segura (evitar agravar lesões)

4. Parada cardiorrespiratória (RCP)

Se uma pessoa estiver desacordada e não estiver respirando, o que você deve fazer?

Avalia: reconhecimento de emergência grave e ação correta

5. Pressão arterial e atividade física

Por que é importante verificar a pressão arterial antes ou depois de atividades como dança ou hidroginástica?

10. Resultados esperados

Espera-se que os participantes desenvolvam maior autonomia, segurança e confiança diante de situações de emergência, sendo capazes de reconhecer sinais de

risco, acionar ajuda de forma adequada e realizar medidas iniciais de primeiros socorros.

Além disso, espera-se promover a disseminação do conhecimento na comunidade, contribuindo para a redução de complicações decorrentes de acidentes e agravos à saúde.

11. Referências bibliográficas

AMERICAN COLLEGE OF SURGEONS. ATLS: Student Course Manual. 10. ed. Chicago: American College of Surgeons, 2018.

BRASIL. Ministério dos Direitos Humanos. Cartilha da pessoa idosa. Brasília, 2018. Disponível em: . [Acessar cartilha](#) Acesso em: 30 mar. 2026.

BRASIL. Ministério da Saúde. Noções de primeiros socorros. Brasília: Ministério da Saúde, 2016. Disponível em: . [Acessar material](#) Acesso em: 30 mar. 2026.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social. Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa. Brasília, 2006. Disponível em: . [Acessar política](#) Acesso em: 30 mar. 2026.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Gestão do Cuidado Integral. **Guia de cuidados para a pessoa idosa**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2023. Disponível em: http://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_cuidados_pessoa_idosa.pdf. Acesso em: 30 mar. 2026

PEREIRA, Rhuana Maria de Oliveira et al. **Gerontotecnologia sobre primeiros socorros para pessoas idosas: uma revisão integrativa**. *Cogitare Enfermagem*, v. 30, e98932pt, 2025. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/ce.v30i0.98932pt>. Acesso em: 30 mar. 2026

