

CAPACITAÇÃO PRÁTICA EM SUPORTE DE VIDA PARA CUIDADORAS: RELATO DE EXPERIÊNCIA NO MULHERES MIL

Matheus Feliciano Figueiredo¹

¹Universidade de Brasília (matheusfeliciano.26@gmail.com)

Introdução: O Suporte Básico de Vida (SBV) e os primeiros socorros são ferramentas que salvam vidas, especialmente quando o socorro acontece logo nos primeiros minutos. Durante o Programa Mulheres Mil, no IFB Campus São Sebastião, percebi que para formar cuidadoras de idosos, não basta ler protocolos; é preciso unir o embasamento teórico à prática para preparar essas estudantes para agir rápido em situações reais de emergência. **Objetivo:** Neste relato, descrevo como foram nossas oficinas, focando no ensino dos protocolos teóricos seguido da prática de primeiros socorros, ensinando as alunas a avaliarem o ambiente e a realizarem manobras com segurança. **Metodologia:** Trabalhamos com uma etapa de fundamentação teórica sobre diretrizes de emergência, seguida de simulações realísticas e oficinas de habilidades. Nas aulas, treinamos como analisar a cena, identificar sinais de colapso e praticar, repetidamente, o que fazer quando um idoso sofre um agravo súbito de saúde. **Resultados:** O que mais chamou atenção foi ver as alunas perdendo o medo ao entenderem a teoria por trás dos procedimentos. Elas dominaram a identificação de locais seguros e as manobras de Reanimação Cardiopulmonar (RCP), além de saberem como desengasgar alguém, agir em desmaios e o cuidado avançado com feridas. Ao final, saíram tecnicamente preparadas e prontas para tomar decisões sob pressão. **Conclusões:** Essa experiência mostra que o ensino teórico-prático é o que faz a diferença no cuidado. Quando a ciência é traduzida para a prática em comunidades vulneráveis, essas mulheres se tornam guardiãs em suas casas. Isso reforça meu papel como professor: garantir que o conhecimento técnico se transforme em ação efetiva para salvar vidas.

Palavras-chave: Primeiros Socorros. Ressuscitação Cardiopulmonar. Educação em Saúde.

Área Temática: Suporte Básico e Avançado de Vida.

PRINCIPAIS REFERÊNCIAS

AMERICAN HEART ASSOCIATION. **Destaques das Diretrizes de RCP e ACE de 2020 da American Heart Association.** Dallas: American Heart Association, 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Protocolos de Suporte Básico de Vida.** Brasília: Ministério da Saúde, 2016. Disponível em: <http://www.saude.gov.br>. Acesso em: 14 fev. 2026.

SOUZA, N. M. et al. **Educação em saúde para cuidadores de idosos: uma estratégia de promoção da vida.** Brasília: Editora UnB, 2022.