

## INFORMAÇÃO AOS ÓRGÃOS DE COMUNICAÇÃO SOCIAL

# DIA MUNDIAL DOS PRIMEIROS SOCORROS: INEM LANÇA VÍDEO DE SBV DIRIGIDO À POPULAÇÃO

*Ligar 112 e iniciar SBV é essencial para salvar vidas!*

Comemora-se amanhã, dia 8 de setembro, o Dia Mundial dos Primeiros Socorros. O Instituto Nacional de Emergência Médica (INEM) assinala este marco lembrando os cidadãos como ligar corretamente para o Número Europeu de Emergência – 112 e, em situações de paragem cardiorrespiratória, iniciar no imediato Suporte Básico de Vida (SBV).



**“A Emergência Médica começa em Si. Colabore com o INEM. Juntos, podemos salvar vidas”.**

Esta é uma mensagem que o INEM recorda frequentemente aos cidadãos, reforçando que a colaboração de quem liga 112 é fundamental, pois é essencial facultar toda a informação que seja solicitada para permitir um rápido e eficaz socorro às vítimas de acidente ou doença súbita.

## INFORMAÇÃO AOS ÓRGÃOS DE COMUNICAÇÃO SOCIAL

O INEM apela, uma vez mais, à **colaboração de todos os cidadãos**, aconselhando que em caso de acidente ou doença súbita liguem sempre para o 112 e informem, de forma simples e clara:

- A localização exata e, sempre que possível, com indicação de pontos de referência;
- O número de telefone do qual está a ligar;
- O tipo de situação (doença, acidente, parto, etc.);
- O número, o sexo e a idade aparente das pessoas a necessitar de ajuda;
- As queixas principais e as alterações que observa;

O contacto com os Centros de Orientação de Doentes Urgentes (CODU) do INEM através do 112 é a forma correta de conseguir um socorro eficaz. Desta forma, os profissionais dos CODU do INEM conseguem ajudar o cidadão comum a prestar os primeiros socorros, enquanto aguardam a chegada dos meios de emergência médica.

Neste Dia Mundial dos Primeiros Socorros, o INEM recorda também a “**Cadeia de Sobrevivência**”, a qual representa o conjunto de procedimentos que permitem salvar vítimas de paragem cardiorrespiratória.

Para que o resultado final possa ser uma vida salva, cada um dos elos da cadeia é vital e todos devem ter a mesma força. Por exemplo, de nada serve ter um desfibrilhador por perto ou o melhor Suporte Avançado de Vida, se quem presencia a paragem cardiorrespiratória não souber ligar adequadamente para o número 112 e iniciar manobras de SBV.



Nestas situações em que a vítima se encontra em paragem cardiorrespiratória, a ação imediata de quem presencia o acontecimento é fundamental. Isto porque o SBV aumenta

## INFORMAÇÃO AOS ÓRGÃOS DE COMUNICAÇÃO SOCIAL

substancialmente a probabilidade de sobrevivência da vítima quando iniciado nos primeiros minutos após a paragem cardíaca. Consiste essencialmente em duas ações: **compressões torácicas** e **ventilações**.

Após **garantir as condições de segurança** do local onde se encontra a vítima, **verifique se está consciente** abanando-lhe suavemente os ombros e chamando por ela. No caso de a vítima não responder, considere que está desmaiada (inconsciente) **avaliando depois se respira**, recorrendo à técnica VOS: Ver se o tórax expande, Ouvir a passagem do ar e Sentir a respiração na face.

**Caso a vítima não respire, ligue de imediato 112** (ou garanta que alguém o faz), abandonando a vítima se necessário ou recorrendo à alta voz do seu telemóvel para que possa iniciar simultaneamente as compressões torácicas.

**Realize SBV** até a vítima recuperar, ficar exausto ou chegar ajuda diferenciada.

**Veja [aqui](#) o vídeo que o ensina a fazer Suporte Básico de Vida. Colabore na divulgação deste importante conteúdo que... pode mesmo salvar vidas!**

*O INEM é o organismo do Ministério da Saúde responsável por coordenar o funcionamento, no território de Portugal Continental, de um Sistema Integrado de Emergência Médica, de forma a garantir aos sinistrados ou vítimas de doença súbita a pronta e correta prestação de cuidados de saúde.*

*A prestação de socorros no local da ocorrência, o transporte assistido das vítimas para o hospital adequado e a articulação entre os vários intervenientes do Sistema, são as principais tarefas do INEM. Através do Número Europeu de Emergência – 112, este Instituto dispõe de múltiplos meios para responder a situações de emergência médica.*

**Lisboa, 07 de setembro de 2018**

**Para mais informações, contactar:**

Gabinete de Comunicação

INSTITUTO NACIONAL DE EMERGÊNCIA MÉDICA, I.P.

Rua Almirante Barroso, 36, 1000-013 Lisboa, PORTUGAL

TEL (+351) 213 508 108 | **MÓVEL** (+351) 924 492 853

[www.inem.pt](http://www.inem.pt)