



**Iniciativa**

# ***Race for Live***

**Regulamento**

## **1. Apresentação**

O concurso “**Race for Life**” é uma iniciativa promovida pela Sociedade Portuguesa de Cardiologia, a realizar no Congresso Português de Cardiologia – CPC 2019.

O concurso implica a realização duma sessão de Suporte Básico de Vida de qualidade, pela participação de elementos representativos de vários centros hospitalares a nível nacional.

## **2. Objetivos**

Os objetivos deste concurso são:

- a) Promover o Suporte Básico de Vida como uma intervenção rápida e fundamental para quem presencia uma paragem cardio-respiratória
- b) Realizar uma reanimação cardio-respiratória numa situação de tensão e adrenalina, próxima de situações de vida real.
- c) Motivar os participantes a melhorar as suas habilidades de reanimação. Com *feedback*, objetivo e pontuação, os participantes são motivados não só a competir uns com os outros, mas também a tentar ultrapassar a melhor pontuação.
- d) Envolver os participantes do mesmo centro hospitalar e promover o espírito de equipa e de entre-ajuda.

## **3. Destinatários**

O concurso é dirigido a Profissionais de Saúde (médicos, enfermeiros ou técnicos) de centros hospitalares, públicos ou privados.

## **4. Natureza do Concurso**

### **4.1. Características:**

- a) Cada equipa é constituída por 6 elementos (médicos, enfermeiros ou técnicos) do mesmo centro hospitalar
- b) Haverá, no total, 6 equipas de diferentes centros hospitalares
- c) Os 6 elementos competem entre si, em fases eliminatórias, de forma a eger o melhor elemento de cada centro hospitalar
- d) Na final, competirão os 6 elementos vencedores de cada uma das 6 fases eliminatórias

## **4.2. Formato do concurso**

O concurso contempla a realização de Suporte Básico de Vida em manequins apropriados, de acordo com as atuais recomendações internacionais (30 compressões intercaladas de 2 ventilações).

A qualidade das manobras será avaliada por sensores incorporados nos manequins e visualizada num écran plasma colocado na área do evento.

Depois duma curta fase de treino, será efectuada uma “corrida” com todos os membros da equipa em simultâneo.

Para visualizar o desempenho de todos os elementos da equipa será projectada uma imagem com 6 “ambulâncias” que se deslocam desde o local da PCR até ao Hospital. Cada “ambulância” corresponde a cada um dos 6 manequins.

As manobras de Suporte Básico de Vida farão cada “ambulância” mover-se no projector.

A primeira ambulância a chegar à meta determina o vencedor de cada fase do concurso.

## **4.3 Treino nos manequins**

Os manequins estarão dispostos em área apropriada e destinada ao concurso e poderão ser utilizados para treino em tempos específicos.

Previamente à prova, todos os elementos da equipa terão um período de treino de 5 minutos.

## **5. Candidatos**

a) Considera-se uma equipa, um grupo de 6 elementos, Profissionais de Saúde (médicos, enfermeiros ou técnicos) de centros hospitalares, públicos ou privados.

b) Sugere-se a indicação de 1 ou 2 elementos suplentes para a eventualidade de algum dos 6 membros da equipa não poder estar presente nos momentos da competição.

c) Deverá ser escolhido um nome para a equipa

c) Deverá ser escolhido um dos elementos como elemento de contacto com a organização do concurso.

c) Não se aceitam candidaturas de elementos, a título individual.

## **6. Inscrição**

- a) A inscrição no concurso deve ser realizada por um dos elementos da equipa e efectua-se mediante o preenchimento de um formulário *online* disponível em [LINK](#)
- b) Apenas serão aceites as candidaturas formalizadas através deste formulário *online*;
- c) Serão aceites apenas as primeiras 6 equipas que se inscreverem através do *link* fornecido. A ordem de chegada das inscrições será o único critério de escolha no caso de existirem mais de 6 equipas candidatas.

## **7. Prazos**

- 7.1. A inscrição no concurso deverá ser efectuada até ao dia 31 de Março através do preenchimento do formulário disponível em [LINK](#)
- 7.2 As equipas concorrentes seleccionadas serão informadas com antecedência das sessões de prova (local e horário) através de email para o elemento de contacto designado
- 7.3 A prova final decorrerá no dia **29 de Abril às 13:30h**

## **8. Júri**

O Júri do Concurso será constituído por elementos da Academia Cardiovascular da Sociedade Portuguesa de Cardiologia.  
Das decisões do júri não haverá lugar a recurso.

## **9. Prémios**

O concorrente que ganhar a final do concurso “Race for Life” receberá um manequim *Little Anne*<sup>®</sup> para o seu centro hospitalar, cedido pela empresa Medicinália-Cormédica.