



# CURSO DE PRIMEIROS SOCORROS

Mais informações e inscrições em:

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

**Objetivos gerais**

Sensibilizar os formandos para a primeira assistência a vítimas de acidente ou de doença súbita, até à chegada dos meios de socorro.

**Destinatários**

Treinadores, funcionários e colaboradores de clubes e instituições.

**Formandos por Ação**

Mínimo de dez (10) e máximo de doze (12) formandos por ação.

**Modalidade de formação**

Formação certificada não inserida no Catálogo Nacional de Qualificações – outra formação profissional.

**Forma de organização da formação**

Regime a distância e presencial (B-Learning), sendo obrigatória a frequência de 80% da carga horária.

Sessões assíncronas realizadas via plataforma Moodle ou Zoom.

**Locais de realização**

Sessão presencial em local a definir.

**Data e horário de realização**

Data a anunciar.

**Conteúdos programáticos e carga horária**

Conteúdos programáticos	Carga horária			
	SA	SS	SP	Total
Sessão 1   Sistema integrado de emergência médica	1h00			1h00
Sessão 2   Exame da vítima	2h00			2h00
Sessão 3   Suporte básico de vida	1h00			1h00
Sessão 4   Controlo de hemorragias	2h00			2h00
Sessão 5   Choque hipovolémico	1h00			1h00
Sessão 6   Lesões da pele	2h00			2h00
Sessão 7   Fraturas	1h00			1h00
Sessão 8   Emergências médicas	4h00			4h00
Sessão 9   Intoxicações	1h00			1h00
Sessão 10   Traumatismos da cabeça e coluna	1h00			1h00
Sessão 11   Avaliação teórica	0h45			0h45
Sessão 12   Avaliação prática			7h00	7h00
Sessão 13   Avaliação da ação de formação	0h15			0h15
	17h00	---	7h00	24h00

SA: Sessão Assíncrona; SS: Sessão síncrona; SP: Sessão Presencial.

**Obs.:** Algoritmo do suporte básico de vida de acordo com as diretrizes do [Conselho Europeu de Ressuscitação](#).

### **Metodologias de formação**

Autoaprendizagem – Processo centrado no formando, através do acesso a conteúdos concebidos especificamente para autoformação;

Aprendizagem colaborativa – O formador orienta, gere e garante o acompanhamento pedagógico dos seus formandos;

Método interrogativo – Formulação de questões no sentido de conduzir o formando a encontrar os resultados desejados;

Método demonstrativo – O formador ensina a executar tarefas, tendo por base uma demonstração;

Método ativo - Execução de tarefas e confronto com situações simuladas que exigem a procura de soluções.

### **Critérios e metodologias de avaliação**

Avaliação formativa, realizada ao longo da ação através de atividades e em todas as situações de aprendizagem (avaliação da atitude e da técnica).

Avaliação sumativa, realizada no final da ação através da aplicação de uma prova de escolha múltipla de 30 questões.

Para aprovação são condições obrigatórias a obtenção de nota positiva em todos os parâmetros de avaliação da técnica (exame da vítima e suporte básico de vida), a obtenção de nota positiva na avaliação sumativa (prova de escolha múltipla), e a realização das atividades propostas.

### **Recursos humanos**

Um formador, com habilitação profissional específica na área de primeiros socorros ou socorro pré-hospitalar, detentor de CAP ou CCP de formador.

### **Recursos pedagógicos**

Será entregue, a cada formando, um manual de primeiros socorros e uma máscara de reanimação cardiorrespiratória.

### **Recursos tecnológicos**

Os formandos devem dispor de: Computador com acesso à internet.

### **Espaços, equipamentos e consumíveis**

Equipamentos e consumíveis a disponibilizar pela Entidade Formadora:

- Manequins para prática de suporte básico de vida; Talas de madeira; Tesoura.
- Compressas, ligaduras, fita adesiva, lençol de urgência e luvas.

Os formandos devem ser portadores de:

- Vestuário e calçado confortável (calças);

- Cópia do documento de identificação, se consentido pelo titular (Bilhete de Identidade, Cartão de Cidadão, Passaporte e/ou Título de Residência) e cópia do documento que indica o n.º de contribuinte.

### **Seguro**

- É responsabilidade da Entidade Formadora garantir que os participantes na ação estão cobertos por um seguro que cubra eventuais acidentes.

### **Certificação**

- Concluída a ação, com aproveitamento, são emitidos os respetivos certificados e cartões de socorrista válidos durante três anos.

- Certificados emitidos via Sistema de Informação e Gestão da Oferta Educativa e Formativa (SIGO), conforme Portaria 474/2010 de 8 de julho.

### **Valor de inscrição por formando**

220€ (IVA incluído)

### **Valor de inscrição por Clube/Associação**

2200€ (IVA incluído)

### **Condições de pagamento**

25% no ato da inscrição, e o restante no dia anterior à formação.

### **Contactos**

Bruno Alexandre Sousa

926 888 764

[geral@formacaodesportiva.pt](mailto:geral@formacaodesportiva.pt)