

# NOÇÕES BÁSICAS DE PRIMEIROS SOCORROS

1 a 31 de julho de 2024 | 10 horas

**LUÍS GONÇALVES**

**FORMAÇÃO ONLINE ASSÍNCRONA**

Mais informações e inscrições em:

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

Iniciativa realizada com o apoio de:

## APRESENTAÇÃO

A atividade desportiva está muitas vezes associada ao risco de lesões. Assim, torna-se particularmente relevante que os responsáveis pelas atividades desenvolvidas (treinadores, técnicos de exercício físico ou diretores técnicos) disponham de informações que lhes permitam atuar da melhor forma perante uma emergência.

Não pretendemos, de forma alguma, formar médicos, enfermeiros ou socorristas. No entanto, consideramos que a forma como lidamos com uma emergência durante os primeiros minutos, enquanto aguardamos a chegada de especialistas, pode fazer toda a diferença!

Ao longo da formação, ficará a conhecer alguns procedimentos básicos que nos ajudam a saber lidar com uma emergência.

## ORGANIZAÇÃO E CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

A formação será realizada em regime e-learning, através da plataforma Google Classroom sendo, para isso, necessário que cada formando tenha uma conta Google (e-mail gmail).

Os participantes terão acesso aos materiais disponibilizados pelo formador, podendo visualizar os vídeos e/ou ler os restantes documentos em qualquer dia/hora durante o período definido para a formação. Todos os formandos podem colocar questões que serão, tão prontamente quanto possível, respondidas pelo formador.

Os conteúdos programáticos estão organizados em 10 módulos, cada um com uma duração prevista (em horas). Para cada módulo serão disponibilizados os respetivos conteúdos (vídeos, apresentações, artigos e outros materiais de interesse), bem como os testes de avaliação.

Módulo	Temática	Duração
1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• O Sistema Integrado de Emergência Médica – SIEM               <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Componentes, intervenientes e forma de funcionamento</li> <li>○ Número europeu de socorro 112</li> </ul> </li> </ul>	40 min
2	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cadeia de Sobrevivência               <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Conceito e importância</li> <li>○ Elos e princípios subjacentes</li> </ul> </li> </ul>	40 min
3	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Riscos para o Reanimador               <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Riscos para o reanimador e para a vítima</li> <li>○ Condições de segurança e medidas de proteção universais</li> </ul> </li> </ul>	40 min
4	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Manobras de Suporte Básico de Vida               <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Conceito de acordo com o algoritmo vigente</li> <li>○ Procedimentos e sequência</li> <li>○ Insuflações e compressões torácicas</li> <li>○ Problemas associados</li> </ul> </li> </ul>	1 h
5	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Posição Lateral de Segurança               <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Como e quando a sua utilização</li> </ul> </li> </ul>	30 min

6	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Obstrução da via aérea <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Situações de obstrução parcial e total</li> <li>○ Tipos e causas de obstrução</li> </ul> </li> </ul>	1 h
7	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Exame à vítima <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Estado de consciência e permeabilidade da via aérea</li> <li>○ Características da respiração, pulso e pele</li> </ul> </li> </ul>	1 h
8	<ul style="list-style-type: none"> <li>• As Emergências médicas mais frequentes <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Principais sinais e sintomas</li> <li>○ Principais cuidados a prestar <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Problemas cardíacos</li> <li>▪ Problemas respiratórios</li> <li>▪ Acidente vascular cerebral</li> <li>▪ Diabetes</li> <li>▪ Crises convulsivas</li> <li>▪ Situações de intoxicação</li> </ul> </li> <li>○ Limites de intervenção na perspetiva de cidadão e de profissional de saúde</li> </ul> </li> </ul>	2 h
9	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Principais tipos de traumatismos <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Traumatismos de tecidos moles (feridas e hemorragias)</li> <li>○ Queimaduras</li> <li>○ Traumatismos dos membros</li> <li>○ Limites de intervenção na perspetiva de cidadão e de profissional de saúde</li> </ul> </li> </ul>	2 h
10	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tarefas que em relação a esta temática se encontram no âmbito da sua intervenção <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Tarefas que, sob orientação de um profissional de saúde, tem de executar sob sua supervisão direta</li> <li>○ Tarefas que, sob orientação e supervisão de um profissional de saúde, pode executar sozinho/a</li> </ul> </li> </ul>	30 min

### AVALIAÇÃO E CERTIFICADO

Após a visualização e/ou leitura dos materiais disponibilizados pelo formador em cada um dos módulos, os formandos são convidados a realizar um teste de avaliação, em formato digital, com tempo de realização limitado.

Os testes deverão ser realizados até ao final do dia 30 de junho de 2024.

Cada teste terá uma classificação expressa na escala qualitativa de 0 a 20 valores.

Só será emitido certificado aos formandos que obtenham pelo menos 8 valores em cada um dos testes de avaliação e média aritmética de, pelo menos, 10 valores na totalidade dos testes. Cada teste só poderá ser realizado uma vez.

### DESTINATÁRIOS

- Assistentes operacionais
- Todos os interessados pela temática.

**FORMADOR****Luís Gonçalves**

É formador desde 2004 e possui Certificado de Competências Pedagógicas vitalício. Exerceu funções como formador na Santa Casa de Misericórdia de Almada (SCMA), em 2003 e 2004, certificando as profissionais da instituição nos cuidados de saúde. Exerceu funções de formador no Centro do IEFP do Seixal desde 2006 a Fevereiro de 2018. Iniciou formação nos cursos de Geriatria, foi o fundador do Curso Técnico Auxiliar de Saúde, em 2010, ficando com responsabilidade técnica na área de Saúde e Cuidados de Saúde. Como Enfermeiro no IEFP ficou com responsabilidade dos Primeiros Socorros e SBV de todos os cursos de formação, na modalidade de aprendizagem, com nível de formação do 9.º ao 12.º anos, na educação e formação de adultos. Através da Formação consegue-se melhorar a resposta para atender as necessidades da população. Considera que a formação contribuiu para melhorar o seu desempenho profissional, pois acompanhar e formar os alunos permitiu-lhe conhecer melhor as suas necessidades específicas. Pensa que é uma área onde ainda há muito trabalho para fazer e melhorar a qualidade de vida da população.

**VALOR DA INSCRIÇÃO**

<b>Valor único</b>	40 €
--------------------	------

**CONTACTOS**

Bruno Alexandre Sousa

926 888 764

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