

# NOÇÕES BÁSICAS DE PRIMEIROS SOCORROS EM CONTEXTO DESPORTIVO

1 a 31 dezembro 2024 | 10 horas

**FORMAÇÃO ONLINE ASSÍNCRONA**

**Fátima Mariam Asim Marques**

## **CREDITAÇÃO**

**TREINADORES DESPORTIVOS | TÉCNICOS DE EXERCÍCIO FÍSICO | DIRETORES TÉCNICOS**

Mais informações e inscrições em:

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

## APRESENTAÇÃO

Uma emergência, ocorre frequentemente fora do contexto hospitalar. Estas emergências podem ser causadas por acidentes e/ou situações de doença súbita, que em alguns casos podem ser evitados através da adoção de medidas prevenidas. Contudo, a possibilidade destes episódios ocorrerem é sempre uma realidade presente.

Durante a prática de desporto, pelas suas particularidades, existem situações em que poderão surgir emergências médicas. O objetivo geral desta formação é capacitar o formando a prestar um primeiro socorro à vítima adaptado à situação, tendo por base a capacidade de avaliação da mesma e competências de atuação.

A eficácia do primeiro socorro é tanto maior quanto for a formação do socorrista. Sendo que o socorro prestado nos primeiros minutos que sucedem ao incidente, é a forma mais eficaz de reduzir as sequelas na vítima.

## FORMADOR

### **Fátima Mariam Asim Marques**

Fátima Mariam Asim Marques, natural de Lisboa. Frequentou a Licenciatura em Enfermagem (2017-2021) na Universidade Católica, onde frequentou ainda o Mestrado em Cuidados Paliativos.

Em 2022 realizou a Formação de Formadores pela Phmais certificado pelo IEFP. É Formadora (Técnica Especializada, desde Setembro de 2021) no Agrupamento de Escolas 4 de Outubro, onde leciona as disciplinas de Cuidados de Saúde (10º ano, 11ºano e 12º do Curso Profissional de Ação Educativa), Segurança e Saúde e Intervenção Especializada (12º ano do Curso Profissional de Ação Educativa), Gestão e Organização dos Serviços e Cuidados de Saúde (11º ano do Curso Profissional Auxiliar de Saúde) e Anatomia, Fisiologia e Farmacêutica (10º ano, 11ºano e 12º ano do Curso Profissional Técnico/a Auxiliar de Farmácia). Formadora na área do Suporte Básico de Vida (Crianças, Adolescentes e Adultos) – Projeto “Aprender a Salvar”.

Orientadora de Formação em Contexto de Trabalho do Curso Profissional Auxiliar de Saúde, do Curso Profissional Técnico/a Auxiliar de Farmácia e do Curso Profissional Técnico/a de Ação Educativa.

Formadora no âmbito do projeto PESES. Diretora de curso do Curso Profissional Técnico/a de Ação Educativa.

Co-autora do trabalho e do póster científico com o título “A Eficácia da Auriculoterapia na redução do Stress em Enfermeiros: Revisão Sistemática da Literatura”, em 2021. Co-autora de um artigo ético com o título “Silêncio Ensurdecedor: Reflexão ética sobre um caso clínico”, em 2022, no âmbito do Mestrado em Cuidados Paliativos. Autoria de panfletos comunitários sobre os temas: Guia Prático para Cuidadores: Administração de Insulina, Guia Prático para Cuidadores: Administração de Enoxaparina Sódica, Guia Prático para Cuidadores: Alimentação por Sonda Nasogástrica, Co-autoria do trabalho “Transtorno de Acumulação” para várias entidades sociais da área de abrangência da UCC Abraçar Queluz.

Autoria do projeto de intervenção, “Capacitar quem Ensina” no âmbito da saúde escolar.

## 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 deverão participar nos fóruns de discussão disponibilizados em cada módulo, colocando questões ou comentários.

Os conteúdos programáticos estão organizados em 3 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 e outros trabalhos para avaliação.

Módulo	Designação	Tópicos	Duração
1	Sistema Integrado de Emergência Médica	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fases do SIEM</li> <li>• Intervenientes do SIEM</li> <li>• Atuação e ativação do SIEM</li> </ul>	1h
2	Exame da Vítima	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Avaliação primária e secundária à vítima</li> <li>• Avaliação do estado de consciência e alterações</li> </ul>	1h
3	Lesões da pele	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lesões abertas da pele</li> <li>• Lesões fechadas da pele</li> <li>• Outras lesões na pele</li> <li>• Modo de atuação</li> </ul>	1h
4	Fraturas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Classificação</li> <li>• Sinais e sintomas de uma fratura</li> <li>• Modo de atuação</li> </ul>	1h
5	Traumatismos cranianos e da coluna	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Traumatismos crânio-encefálicos</li> <li>• Traumatismos da coluna</li> <li>• Sinais e sintomas</li> <li>• Modo de atuação</li> </ul>	1h
6	Controlo de hemorragias	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Classificação das hemorragias quanto à origem</li> <li>• Classificação das hemorragias quanto à localização</li> <li>• Sinais e sintomas</li> <li>• Modo de atuação</li> </ul>	2h
7	Noções Básicas de Primeiros Socorros	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cadeia de Sobrevivência</li> <li>• Posição Lateral de Segurança</li> <li>• Suporte Básico de Vida no Adulto</li> <li>• Suporte Básico de Vida na Criança</li> <li>• Desobstrução da Via Área no Adulto e na Criança</li> </ul>	3h

**DESTINATÁRIOS**

- Treinadores Desportivos;
- Técnicos de Exercício Físico;
- Diretores Técnicos;
- Todos os interessados na temática.

**AVALIAÇÃO**

A avaliação tem como finalidade prioritária validar os conhecimentos, as capacidades e as aptidões adquiridas e/ou desenvolvidas pelos/as formando/as ao longo da formação. A metodologia de acompanhamento e avaliação da formação baseia-se num conjunto de técnicas que visa identificar as formas, os tipos e os instrumentos disponíveis para realizar a respetiva avaliação, a considerar:

- Avaliação Diagnóstica (sem caracter classificativo) → Questionário inicial
- Avaliação Formativa → Participação no fórum de discussão de cada módulo
- Avaliação Sumativa → Teste no final de cada módulo.

Serão certificados todos os participantes que, no decorrer da ação, tenham demonstrado que atingiram os objetivos propostos, obtendo uma classificação final igual ou superior a 10 (em 20).

A classificação final é resultado da seguinte fórmula:

$$CF = \frac{T1+T2+T3}{3} \text{ (CF = Classificação Final, T = Teste)}$$

**LOCAL E HORÁRIO**

Realizada em formato online assíncrono

1 a 31 de dezembro 2024

10 horas assíncronas

**VALOR DA INSCRIÇÃO**

<b>Valor único</b>	<b>60€</b>
--------------------	------------

**CONTACTOS**

Bruno Alexandre Sousa

926 888 764

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

Esta formação é organizada pela BRS – Formação Desportiva, Unipessoal Limitada, Entidade Formadora Certificada pela DGERT.

