

PREVENÇÃO DE QUEDAS COM A PESSOA IDOSA

12 a 19 de janeiro de 2026 | 18h30 -21h30 | 8 horas

Formação online

Joana Paiva

FORMAÇÃO PROFISSIONAL CERTIFICADA

Mais informações e inscrições em:

www.formacaodesportiva.pt

APRESENTAÇÃO

As quedas entre a população idosa têm impactos físicos, psicológicos e sociais significativos, ocorrendo tanto em instituições de saúde como no contexto comunitário, especialmente no domicílio. Esta realidade, cada vez mais presente, constitui um sério problema de saúde pública devido às suas consequências no bem-estar e na qualidade de vida da pessoa idosa, da sua família e dos profissionais envolvidos no seu acompanhamento, além de originar elevados custos sociais e económicos. Diversos fatores de risco, muitos de natureza ambiental e passíveis de modificação, estão na origem destes incidentes. Por essa razão, a prevenção de quedas deve ser uma prioridade, promovendo ambientes mais seguros e intervenções educativas.

ORGANIZAÇÃO E CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

A formação será realizada em regime *e-learning*, em modelo híbrido (sessões síncronas e assíncronas), através da plataforma Zoom. Os participantes terão de ter a câmara ligada durante todas as sessões síncronas, estando garantidas todas as condições técnicas para a realização da formação através da utilização de uma licença profissional.

Objetivos Gerais:

- Desenvolver competências para realizar um plano eficaz de prevenção de quedas
- individualizado para cada pessoa idosa;
- Facultar as estratégias adequadas para atuar em diferentes tipos de quedas

Data	Horário	Tipo de Sessão	Temática	Duração
12/01/2026	18h30-21h30	Sessão Síncrona	Módulo 1 – Mobilidade e Locomoção Módulo 2 – Causas e Riscos de Quedas em Pessoas Idosas	3 horas
Sessão Assíncrona			Atividade a designar pela formadora	2 horas
19/01/2026	18h30-21h30	Sessão Síncrona	Módulo 3 – Prevenção de Quedas Módulo 4 – Procedimentos de Atuação em Caso de Queda Módulo 5 – Casos práticos	3 horas

LOCAL E HORÁRIO

Realizada em *e-learning*

12/01/2026 a 19/01/2026 (8 horas)

DESTINATÁRIOS

- Cuidadores informais
- Cuidadores formais
- Pessoas idosas
- Comunidade em geral.

FORMADORES

Joana Paiva

Joana Paiva é licenciada em Gerontologia Social pela Escola Superior de Educação de Coimbra e mestre em Cuidados Continuados e Paliativos pela Faculdade de Medicina da Universidade de Coimbra, tendo desenvolvido a sua investigação na área dos cuidadores informais. Ao longo do seu percurso profissional, tem-se dedicado ao envelhecimento e à promoção da qualidade de vida da população mais velha, intervindo tanto em contexto institucional como ao domicílio. É formadora em diversos contextos teóricos e práticos, com experiência na capacitação de profissionais e cuidadores informais nas áreas do envelhecimento, saúde e cuidados em fim de vida. O seu trabalho reflete uma abordagem centrada na dignidade, no respeito pela pessoa idosa e na valorização da experiência individual ao longo do ciclo de vida. Para além da sua atividade profissional, é também Bombeira Voluntária, o que reforça o seu compromisso com o cuidado ao próximo e a intervenção em situações de vulnerabilidade.

VALOR DA INSCRIÇÃO

Valor único	50€
-------------	-----

CONTACTOS

Bruno Alexandre Sousa

926 888 764

geral@formacaodesportiva.pt

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

