

CUIDADOS COM A MOBILIDADE NA PESSOA IDOSA

2 a 13 de fevereiro de 2026 | 16h00 -18h00 | 10 horas

Formação online

Joana Paiva

Formação Profissional Certificada

Mais informações e inscrições em:

www.formacaodesportiva.pt

APRESENTAÇÃO

Com o envelhecimento surgem consequências, uma delas está relacionada com a mobilidade. A falta de mobilidade na pessoa idosa acarreta diversas consequências, tais como o aumento do grau de dependência e conseqüentemente o aparecimento de úlceras de pressão. Torna-se imperioso intervir o mais precocemente possível e conhecer estratégias adequadas para o bem-estar da pessoa idosa e do cuidador.

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 a sessão síncrona, estando garantidas todas as condições técnicas para a realização da formação através da utilização de uma licença profissional.

Objetivos Gerais:

- Prevenir úlceras de pressão
- Adquirir conhecimentos/competências na mobilização da pessoa dependente
- Promover autonomia na prestação de cuidados ao utente dependente
- Prevenir complicações associadas à imobilidade
- Promover o conforto e qualidade de vida do utente

Data	Horário	Tipo de Sessão	Temática	Duração
Sessão Assíncrona			Módulo 1: Mobilidade na Pessoa Idosa Módulo 2: Cuidados com a Pele Módulo 3: Posicionamentos e Transferências	8 horas
13/02/2026	16h-18h	Sessão Síncrona	Esclarecimento de dúvidas Discussão de Casos Práticos	2 horas

LOCAL E HORÁRIO

Realizada em *e-learning*
02/02/2026 a 13/02/2026
(10 horas)

DESTINATÁRIOS

Cuidadores informais; cuidadores formais; pessoas idosas; comunidade em geral.

FORMADORES

Joana Paiva

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.

