

COMUNICAÇÃO POSITIVA E HUMANIZADA NO CUIDADO À PESSOA MAIS VELHA

5 a 31 de março de 2026 | 19h-21h | 15 horas

FORMAÇÃO E-LEARNING

Vera Raimundo

FORMAÇÃO PROFISSIONAL CERTIFICADA

Mais informações e inscrições em:

www.formacaodesportiva.pt

APRESENTAÇÃO

A comunicação é uma dimensão central no cuidado à pessoa mais velha, desempenhando um papel determinante na promoção do bem-estar, da dignidade e da qualidade das relações estabelecidas no contexto do cuidado. Comunicar de forma positiva e humanizada permite responder de forma adequada às necessidades da pessoa mais velha, promovendo relações baseadas no respeito, na empatia e na confiança. O processo de envelhecimento implica alterações físicas, cognitivas e emocionais que podem influenciar a forma como a pessoa mais velha comunica e compreende a informação. Estas alterações exigem dos cuidadores e profissionais uma consciência comunicacional mais apurada e a adoção de estratégias ajustadas a cada situação, incluindo contextos mais desafiantes, como a demência.

Esta formação tem como objetivos gerais desenvolver competências de comunicação positiva e humanizada, capacitando os profissionais para reconhecer e adaptar a comunicação às especificidades do envelhecimento, aplicar estratégias de comunicação verbal e não verbal em situações do quotidiano, promover relações de confiança, respeito e empatia com a pessoa mais velha e prevenir e gerir conflitos de forma adequada. Ao integrar teoria e prática, a formação contribui para a melhoria das práticas profissionais, favorecendo um cuidado mais consciente, humanizado e alinhado com os princípios da intervenção centrada na pessoa.

Para alcançar estes objetivos, a formação será conduzida através de uma combinação de exposição teórica interativa, estudo e análise de casos práticos, role-play e simulações de situações do quotidiano, dinâmicas de grupo, reflexão individual e partilha de experiências, recorrendo também a recursos multimédia, como vídeos e imagens, que facilitam a aplicação imediata dos conhecimentos adquiridos no contexto profissional.

LOCAL E HORÁRIO

Realizada em *e-learning*

5, 10, 19, 26 e 31 de março 2026 – 19h-21h

5 Horas de trabalho assíncrono

(15 horas)

ORGANIZAÇÃO E CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

A formação será realizada em regime de *e-learning*, com **sessões síncronas** através da plataforma Zoom. **Os participantes terão de ter a câmara ligada durante todas as sessões**, garantindo o envolvimento dos formandos e a qualidade da interação formativa. A utilização de uma licença profissional assegura todas as condições técnicas necessárias ao bom decorrer da formação. Na componente **assíncrona**, destinada à realização de atividades individuais, a formadora estará disponível para **esclarecimento de dúvidas**, através de **correio eletrónico**.

Data	Horário	Tipo de Aula	Temática
05-03-2026	19h -21h (2 Horas)	Sessão Síncrona (Zoom)	- Apresentação do curso e dos formandos. Módulo 1 – Envelhecimento e Comunicação Humana <ul style="list-style-type: none"> • Conceitos essenciais de envelhecimento. • Alterações físicas, cognitivas e emocionais que influenciam a comunicação. • Fundamentos da comunicação humana no cuidado à pessoa mais velha.
Sessão Assíncrona (1Horas)			Trabalho individual
10-03-2026	19h -21h (2 Horas)	Sessão Síncrona (Zoom)	Módulo 2 – Barreiras na Comunicação e Estratégias do Cuidador <ul style="list-style-type: none"> • Principais barreiras na comunicação com a pessoa mais velha. • Comunicação na demência: desafios mais frequentes. • Estratégias práticas do cuidador para evitar conflitos e reduzir a agitação.
Sessão Assíncrona (2 Horas)			Trabalho individual
19-03-2026	19h -21h (2 Horas)	Sessão Síncrona (Zoom)	Módulo 3 – Comunicação Verbal no Cuidado à Pessoa Mais Velha <ul style="list-style-type: none"> • Linguagem clara, simples e adaptada. • Tom de voz, ritmo e entoação. • Adaptação da comunicação às especificidades da pessoa mais velha (envelhecimento normal e situações de maior vulnerabilidade).
Sessão Assíncrona (1 Horas)			Trabalho individual
26-03-2026	19h -21h (2 Horas)	Sessão Síncrona (Zoom)	Módulo 4 – Comunicação Não Verbal e Presença no Cuidado <ul style="list-style-type: none"> • Importância da comunicação não verbal no cuidado à pessoa mais velha. • Postura, contacto visual e expressão facial. • Toque terapêutico: limites e respeito. • Coerência entre comunicação verbal e não verbal.
Sessão Assíncrona (1 Horas)			Trabalho individual
31-03-2026	19h -21h (2 Horas)	Sessão Síncrona (Zoom)	Aplicação Prática, Reflexão e Encerramento <ul style="list-style-type: none"> • Dinâmicas de grupo e role-play. • Reflexão e partilha de experiências • Encerramento

AVALIAÇÃO

A avaliação baseia-se nos seguintes elementos:

- Assiduidade (eliminatória): Frequência mínima de 80% nas sessões síncronas, com câmara ligada. **O incumprimento de qualquer destes requisitos implica a não certificação e a não atribuição das unidades de crédito (UCs) no final da formação, independentemente da avaliação dos restantes elementos.**
- Participação – 40%: Envolvimento ativo nas sessões síncronas, realização das tarefas propostas, cumprimento das regras de funcionamento e participação nos debates e dinâmicas.
- Trabalhos Assíncronos – 60%: Entrega no prazo das tarefas propostas, incluindo, por exemplo, exercícios práticos, estudos de caso e testes online via Google Forms, avaliando rigor, organização, aplicação prática e originalidade.

DESTINATÁRIOS

Esta formação destina-se a profissionais que prestam cuidados diretos a pessoas mais velhas, nomeadamente:

- Cuidadores formais e informais que acompanham diariamente pessoas em processo de envelhecimento;
- Auxiliares de Ação direta e técnicos de apoio domiciliário;
- Enfermeiros e outros profissionais de saúde que intervenham no cuidado à pessoa mais velha;
- Técnicos de serviço social, psicólogos e animadores socioculturais que trabalhem com este público.

DESTINATÁRIOS

Esta formação destina-se a profissionais que prestam cuidados diretos a pessoas mais velhas, nomeadamente:

- Cuidadores formais e informais que acompanham diariamente pessoas em processo de envelhecimento;
- Auxiliares de Ação direta e técnicos de apoio domiciliário;
- Enfermeiros e outros profissionais de saúde que intervenham no cuidado à pessoa mais velha;
- Técnicos de serviço social, psicólogos e animadores socioculturais que trabalhem com este público.

FORMADORES

Vera Raimundo

Sou Psicóloga, licenciada em Psicologia Educacional e mestre em Psicogerontologia Comunitária, com formação avançada em Psicologia Clínica e da Saúde, Psicodiagnóstico e Intervenção Psicoterapêutica, bem como especialização em Terapias Cognitivo-Comportamentais.

Atualmente, exerço funções numa Cerci, no Centro de Recursos para a Qualificação e Emprego, onde desenvolvo atividades de avaliação, acompanhamento e apoio técnico à inclusão profissional, sobretudo junto de pessoas com deficiência e incapacidade.

Como formadora, tenho conduzido ações em diferentes áreas, sempre com o propósito de fortalecer competências socioemocionais e promover a integração, a resiliência e o crescimento pessoal e profissional dos participantes.

Acredito que a formação deve ser participativa, prática e transformadora, valorizando a troca de experiências e a construção conjunta do conhecimento, para que cada formando se sinta capacitado a aplicar o que aprende no seu percurso.

VALOR DA INSCRIÇÃO

Valor único	45€
-------------	-----

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.

