

NOÇÕES BÁSICAS DE PRIMEIROS SOCORROS

16 de maio 2026 | 9h – 13h | 4 horas

Formação presencial - Loures

Dora Carolo

CREDITAÇÃO

**TREINADORES DESPORTIVOS | TÉCNICOS DE EXERCÍCIO FÍSICO | DIRETORES TÉCNICOS
PROFESSORES DE TODOS OS CRUPOS DISCIPLINARES (ACD de 4 horas)**

Mais informações e inscrições em:

www.formacaodesportiva.pt

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 sessão, serão abordados alguns procedimentos básicos que devemos conhecer para melhor sabermos lidar com uma situação de emergência.

LOCAL E HORÁRIO

Local a designar (em Loures)

16 de maio 2026 – 9h00 - 13h00 (4 horas)

ORGANIZAÇÃO E CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

Noções básicas de primeiros socorros

- Tratamento imediato e temporário;
- Socorro rápido e eficaz;
- Ativação de meios diferenciados;
- Sistema Integrado de Emergência Médica;
- Cadeia de sobrevivência;
- Emergências médicas;
- Emergências traumáticas.

Haverá, ainda, tempo para que os formandos coloquem questões aos formadores.

DESTINATÁRIOS

- Treinadores desportivos;
- Técnicos de exercício físico;
- Diretores técnicos;
- Professores de todos os Grupos Disciplinares;
- Todos os interessados pela temática.

FORMADOR

Dora Carolo

Licenciatura em Educação Física e Treino Desportivo, FMH - Universidade de Lisboa

Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, FMH - Universidade de Lisboa

Doutoranda em Didática da Educação Física e Desporto Escolar, FMH - Universidade de Lisboa

Curso de Formação de Formadores de Suporte Básico de Vida com Desfibrilhação Automática Externa, Instituto Nacional de Emergência Médica.

VALOR DA INSCRIÇÃO

Valor único de inscrição	40€
--------------------------	-----

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.

