

ESPECIALIZAÇÃO PROFISSIONAL EM CUIDADOS PRÁTICOS À PESSOA IDOSA DEPENDENTE

CUIDAR COM SEGURANÇA, COMPETÊNCIA, AUTONOMIA E HUMANIZAÇÃO

1 de janeiro a 12 de março de 2027 | 60 horas

FORMAÇÃO ONLINE ASSÍNCRONA

ANTÓNIA SOBRAL

FORMAÇÃO PROFISSIONAL CERTIFICADA

Mais informações e inscrições em:

www.formacaodesportiva.pt

APRESENTAÇÃO

O aumento da longevidade e da prevalência de situações de dependência torna cada vez mais necessária a existência de profissionais preparados para responder, de forma competente, segura e humanizada, às necessidades quotidianas da pessoa idosa.

Cuidar de uma pessoa idosa dependente implica muito mais do que executar tarefas.

A higiene, alimentação, mobilização, transferência, posicionamento, eliminação, comunicação, prevenção de quedas ou apoio perante alterações cognitivas constituem momentos de cuidado que podem influenciar diretamente o conforto, segurança, dignidade, autonomia e qualidade de vida da pessoa.

Ao mesmo tempo, a prestação de cuidados exige que o profissional saiba reconhecer os limites das suas funções, identificar alterações relevantes, comunicar adequadamente com a equipa e aplicar procedimentos estabelecidos pela instituição e pelos profissionais responsáveis.

A Especialização Profissional em Cuidados Práticos à Pessoa Idosa Dependente pretende proporcionar uma formação integrada e fortemente orientada para a prática, desenvolvendo competências para apoiar a pessoa nas principais atividades da vida diária e responder a situações frequentes de dependência.

A especialização valoriza uma abordagem centrada na pessoa, procurando conciliar segurança e autonomia, procedimento e individualização, eficiência e humanização.

OBJETIVO GERAL

Desenvolver e consolidar competências práticas para a prestação de cuidados quotidianos à pessoa idosa dependente, capacitando os formandos para apoiar de forma segura, adequada, humanizada e promotora da autonomia as atividades de vida diária, mobilidade, conforto, alimentação, comunicação e bem-estar, reconhecendo simultaneamente alterações, riscos e situações que necessitem de comunicação ou intervenção de outros profissionais.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

No final da especialização os participantes deverão ser capazes de:

- Compreender o envelhecimento e os diferentes níveis de dependência;
- Identificar necessidades de apoio nas atividades de vida diária;
- Prestar apoio nos cuidados de higiene e conforto;
- Realizar mobilizações e transferências de forma segura;
- Utilizar princípios de ergonomia e proteção do cuidador;
- Apoiar posicionamentos adequados;
- Colaborar na prevenção de lesões associadas à pressão;
- Apoiar a alimentação e hidratação;
- Apoiar a pessoa perante dificuldades durante a alimentação”;
- Apoiar necessidades relacionadas com eliminação;
- Comunicar adequadamente com a pessoa idosa;

- Adaptar a comunicação perante alterações cognitivas
- Responder adequadamente a comportamentos desafiantes;
- Aplicar princípios básicos de conforto perante situações de elevada dependência e fim de vida;
- Prevenir quedas e outros acidentes;
- Identificar alterações relevantes no estado da pessoa;
- Comunicar ocorrências à equipa;
- Respeitar intimidade, privacidade e dignidade;
- Aplicar princípios de humanização dos cuidados;
- Trabalhar articuladamente com os restantes profissionais;
- Analisar situações práticas e selecionar respostas adequadas.

No final do curso, pretende-se que os formandos tenham desenvolvido as seguintes competências:

- Observar – reconhecer capacidade, necessidades e alterações;
- Apoiar – proporcionar apenas a ajuda necessária;
- Mobilizar – apoiar movimentos e transferências com segurança;
- Cuidar – responder às necessidades quotidianas com competência;
- Comunicar – adaptar a relação à pessoa e ao contexto;
- Proteger – reduzir riscos para a pessoa e para o cuidador;
- Humanizar – preservar dignidade, identidade, escolha e privacidade;
- Articular – trabalhar em conjunto com a equipa;

No final da Especialização, o formando deverá demonstrar competências práticas para apoiar a pessoa idosa dependente nas principais atividades da vida diária, mobilidade, higiene, conforto, posicionamento, alimentação, hidratação e eliminação, promovendo a autonomia possível, prevenindo riscos, comunicando adequadamente e reconhecendo situações que necessitem de comunicação ou intervenção dos profissionais responsáveis.

DESTINATÁRIOS

- Ajudantes de ação direta;
- Auxiliares e profissionais de apoio à pessoa idosa;
- Assistentes operacionais de estruturas e serviços de apoio a pessoas idosas;
- Profissionais de Estruturas Residenciais para Pessoas Idosas (ERPI);
- Profissionais de Centros de Dia e Serviços de Apoio Domiciliário;
- Cuidadores formais;
- Profissionais que desempenhem funções de apoio e acompanhamento de pessoas idosas em situação de dependência;
- Pessoas que pretendam iniciar funções na área do apoio e cuidado à pessoa idosa;
- Profissionais que pretendam atualizar, aprofundar ou consolidar competências nesta área.

ORGANIZAÇÃO E CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

A formação será realizada em formato online assíncrono, através da plataforma Google Classroom, sendo necessário que cada formando tenha uma conta Google (Gmail).

Os participantes terão acesso aos materiais disponibilizados pela formadora, podendo consultar os conteúdos em qualquer dia/hora durante o período definido para a formação. Todos os formandos podem colocar questões que serão, tão prontamente quanto possível, respondidas pela formadora.

AVALIAÇÃO

A avaliação será realizada ao longo da especialização, através de diferentes instrumentos adequados aos conteúdos, objetivos e competências definidos para cada módulo.

Poderão ser utilizados, entre outros instrumentos, testes de avaliação em formato digital, trabalhos individuais, análise e resolução de casos práticos, exercícios de aplicação e outras atividades propostas pela formadora.

Os instrumentos, critérios e condições de avaliação aplicáveis a cada módulo serão apresentados aos formandos juntamente com os respetivos conteúdos e atividades.

A classificação final da especialização corresponderá à média aritmética das classificações obtidas nos diferentes módulos, sendo expressa numa escala quantitativa de 0 a 20 valores.

Será emitido certificado aos formandos que obtenham uma classificação final igual ou superior a 10 valores e cumpram os restantes requisitos definidos para a conclusão da formação.

MÓDULO 1**ENVELHECIMENTO, DEPENDÊNCIA E ORGANIZAÇÃO DOS CUIDADOS****Apresentação**

O envelhecimento é um processo individual e diversificado, que pode implicar alterações ao nível da autonomia, da funcionalidade e das necessidades de apoio, sem que estas se manifestem da mesma forma em todas as pessoas.

Este módulo constitui a base para a compreensão dos cuidados à pessoa idosa em situação de dependência, abordando os conceitos de autonomia, independência e dependência e a importância de ajustar o apoio às capacidades e necessidades de cada pessoa. Serão igualmente explorados os princípios do cuidado centrado na pessoa, valorizando a dignidade, a privacidade, a intimidade, as preferências e as rotinas individuais.

Pretende-se ainda reforçar o papel do cuidador formal na promoção e preservação das capacidades existentes, evitando a substituição desnecessária da pessoa nas atividades que ainda consegue realizar, bem como na observação, comunicação de alterações e articulação com os restantes elementos da equipa.

Objetivos do módulo

No final do módulo, os formandos deverão ser capazes de:

- Compreender o processo de envelhecimento e reconhecer a diversidade das alterações e necessidades associadas ao envelhecer;
- Distinguir os conceitos de autonomia, independência e dependência, reconhecendo diferentes níveis de dependência;
- Identificar necessidades de apoio da pessoa idosa nas atividades básicas da vida diária, considerando diferentes graus de capacidade funcional;
- Reconhecer os princípios do cuidado centrado na pessoa, valorizando a dignidade, a privacidade, a intimidade, as preferências e as rotinas individuais;
- Promover e preservar as capacidades existentes da pessoa idosa, evitando a substituição desnecessária na realização das atividades que ainda consegue desempenhar;
- Compreender o papel do cuidador formal, os seus limites de atuação e a importância do trabalho articulado com a equipa;
- Desenvolver competências básicas de observação e comunicação de alterações relevantes no estado ou comportamento da pessoa idosa.

Módulo	Temática	Duração
1	• Envelhecimento e processo de envelhecer • Alterações associadas ao envelhecimento • Heterogeneidade da população idosa • Conceito de autonomia • Independência e dependência • Diferentes níveis de dependência • Atividades básicas da vida diária • Necessidades da pessoa dependente • Pessoa parcialmente dependente • Pessoa acamada • Princípios do cuidado centrada na pessoa • Promoção da capacidade existente • Evitar a substituição desnecessária da pessoa nas tarefas que ainda consegue realizar • Dignidade • Privacidade • Intimidade • Preferências e rotinas • Papel do cuidador formal • Trabalho em equipa • Observação e comunicação de alterações	6h

Data de término: 8 de janeiro 2027

MÓDULO 2**HIGIENE, CONFORTO E CUIDADOS DA PELE****APRESENTAÇÃO**

Os cuidados de higiene e conforto constituem uma dimensão essencial do apoio à pessoa idosa dependente, contribuindo para o seu bem-estar, segurança e dignidade, mas representando também momentos privilegiados de relação, observação e promoção da autonomia.

Neste módulo serão abordados os principais cuidados de higiene pessoal, a preparação adequada do espaço e dos materiais e os procedimentos associados ao conforto e à organização do ambiente da pessoa. Será dada particular atenção à preservação da privacidade e intimidade, à comunicação durante os cuidados e ao envolvimento da pessoa nas atividades que consegue realizar.

A observação da pele, a identificação de alterações que devam ser comunicadas e a adoção de medidas de hidratação, proteção e segurança serão igualmente trabalhadas, numa perspetiva de prevenção e de prestação de cuidados ajustados às necessidades individuais.

Objetivos do módulo

No final do módulo, os formandos deverão ser capazes de:

- Compreender a importância dos cuidados de higiene e conforto para o bem-estar da pessoa idosa;
- Preparar adequadamente o espaço e os materiais necessários à realização dos diferentes cuidados de higiene;
- Reconhecer os procedimentos associados à higiene no banho, no leito, parcial e íntima, bem como aos cuidados com cabelo, unhas, roupa e cama;
- Promover o conforto, a privacidade e a comunicação adequada durante a prestação dos cuidados;
- Incentivar a participação da pessoa, respeitando e promovendo as capacidades que mantém;
- Observar o estado da pele e reconhecer alterações que devam ser comunicadas à equipa;
- Reconhecer medidas de hidratação e proteção da pele adequadas ao contexto dos cuidados;
- Aplicar princípios de segurança durante os cuidados de higiene e conforto, prevenindo situações de risco e a dependência excessiva.

Módulo	Temática	Duração
2	• Importância da higiene • Preparação do cuidado • Organização do material • Preparação do espaço • Higiene do banho • Higiene no leito • Higiene parcial • Higiene íntima • Cabelo • Unhas • Mudança de roupa • Fazer e desfazer a cama • Conforto • Privacidade • Comunicação durante o cuidado • Participação da pessoa • Observação da pele • Alterações a comunicar • Hidratação e proteção • Segurança durante os cuidados • Prevenção da dependência excessiva	6h

Data de término: 15 de janeiro 2027

MÓDULO 3**MOBILIZAÇÕES, TRANSFERÊNCIAS E PROTEÇÃO DO CUIDADOR****Apresentação**

A mobilidade assume um papel fundamental na manutenção da funcionalidade, da autonomia e do bem-estar da pessoa idosa, sendo particularmente importante que os cuidados prestados respeitem as suas capacidades e promovam a sua participação sempre que possível.

Neste módulo serão abordados os princípios fundamentais das mobilizações e transferências, desde a preparação e avaliação da situação até à realização segura de diferentes movimentos e mudanças de posição. Será dada especial atenção à participação ativa da pessoa, à utilização adequada de ajudas técnicas, quando aplicável, e à prevenção de situações de risco durante os cuidados.

O módulo aborda igualmente a proteção do cuidador, promovendo princípios de ergonomia, postura e gestão do esforço que contribuam para a realização dos cuidados em segurança, bem como o reconhecimento das situações em que é necessário solicitar ajuda.

Objetivos do módulo

No final do módulo, os formandos deverão ser capazes de:

- Compreender a importância da mobilidade funcional e reconhecer consequências associadas à imobilidade;
- Avaliar as condições necessárias à realização segura de uma mobilização ou transferência;
- Promover a participação da pessoa, respeitando as suas capacidades e o seu nível de autonomia;
- Reconhecer os princípios fundamentais aplicáveis às mobilizações no leito e às mudanças de posição;
- Identificar procedimentos adequados às diferentes transferências previstas no contexto dos cuidados;
- Reconhecer a importância da utilização adequada de ajudas técnicas, quando aplicável;
- Identificar erros frequentes e situações de risco associados às mobilizações e transferências;
- Aplicar princípios de segurança, ergonomia, postura e gestão do esforço, contribuindo para a proteção da pessoa cuidada e do cuidador;
- Reconhecer situações em que a mobilização ou transferência não deve ser realizada individualmente e em que é necessário solicitar ajuda.

Módulo	Temática	Duração
3	• Mobilidade funcional • Consequências da imobilidade • Observação das capacidades e condições da pessoa antes da mobilização • Participação da pessoa • Princípios de mobilização • Mobilização no leito • Virar • Aproximar • Elevar • Sentar • Passagem de deitado para sentado • Sentado para de pé • Cama-cadeira • Cadeira-cama • Cadeira-sanita • Utilização de ajudas técnicas quando aplicável • Erros frequentes • Segurança • Quedas durante transferências • Ergonomia • Postura do cuidador • Proteção da coluna • Esforço • Quando solicitar ajuda	6h

Data de término: 22 de janeiro 2027

MÓDULO 4

POSICIONAMENTOS, CONFORTO E PREVENÇÃO DE LESÕES ASSOCIADAS À PRESSÃO

Apresentação

A permanência prolongada na mesma posição e a redução da mobilidade podem comprometer o conforto, a integridade da pele e o bem-estar da pessoa idosa dependente, tornando particularmente importantes os cuidados relacionados com o posicionamento e as mudanças de posição.

Neste módulo serão abordados os princípios fundamentais do posicionamento, do alinhamento corporal e do conforto, bem como diferentes formas de posicionar a pessoa no leito e na cadeira. Serão igualmente exploradas a utilização adequada de almofadas e suportes e a importância das mudanças de posição, tendo em consideração as necessidades e condições individuais da pessoa.

Será ainda dada atenção à identificação das zonas de pressão, à observação da pele e ao reconhecimento de fatores de risco e sinais de alerta, bem como às medidas de prevenção relacionadas com a roupa de cama, a humidade e a fricção e às situações que devem ser comunicadas à equipa.

Objetivos do módulo

No final do módulo, os formandos deverão ser capazes de:

- Compreender os principais riscos associados à imobilidade e à permanência prolongada na mesma posição;
- Reconhecer os princípios fundamentais de posicionamento, alinhamento corporal e conforto;
- Identificar diferentes posicionamentos no leito e na cadeira, adequando-os às necessidades da pessoa;
- Reconhecer a importância da utilização adequada de almofadas e outros suportes no posicionamento;
- Compreender a importância das mudanças de posição na promoção do conforto e na prevenção de complicações associadas à imobilidade;
- Identificar zonas de pressão e fatores que podem aumentar o risco de lesões associadas à pressão;
- Observar a pele e reconhecer alterações e sinais de alerta;
- Reconhecer medidas de prevenção relacionadas com a humidade, fricção, roupa de cama e cuidados à pessoa acamada;
- Identificar situações que devam ser comunicadas à equipa.

Módulo	Temática	Duração
4	• Imobilidade • Riscos do posicionamento prolongado • Princípios de posicionamento • Alinhamento corporal • Conforto • Posicionamento dorsal • Lateral • Sentado • Posicionamento na cadeira • Utilização adequada de almofadas e suporte • Mudanças de posição • Zonas de pressão • Observação da pele • Fatores de risco • Prevenção de lesões associadas à pressão • Cuidados com a pessoa acamada • Roupa de cama • Humidade • Fricção • Conforto • Sinais de alerta • Situações a comunicar	6h

Data de término: 29 de janeiro 2027

MÓDULO 5

ALIMENTAÇÃO, HIDRATAÇÃO E ELIMINAÇÃO

Apresentação

A alimentação, a hidratação e a eliminação constituem necessidades fundamentais da pessoa e assumem particular importância nos cuidados prestados à pessoa idosa em situação de dependência. O apoio nestas atividades deve ser ajustado às capacidades individuais, promovendo a participação e a autonomia sempre que possível e assegurando simultaneamente conforto, segurança, dignidade e privacidade.

Neste módulo serão abordados os cuidados relacionados com a preparação da pessoa e do ambiente para a refeição, o posicionamento, o respeito pelo ritmo individual e as diferentes necessidades de apoio durante a alimentação. Será igualmente valorizada a importância da hidratação, do incentivo à ingestão e da observação de sinais que possam indicar alterações ou dificuldades.

Serão ainda trabalhados os cuidados relacionados com a eliminação urinária e intestinal, a continência e a incontinência, o apoio na utilização da casa de banho e de dispositivos de apoio, bem como os princípios de higiene, privacidade, observação e registo associados a estes cuidados.

Objetivos do módulo

No final do módulo, os formandos deverão ser capazes de:

- Compreender a importância da alimentação e hidratação no bem-estar da pessoa idosa;
- Preparar adequadamente a pessoa e o ambiente para a realização das refeições;
- Reconhecer a importância do posicionamento, do ritmo da refeição e da promoção da autonomia durante a alimentação;
- Distinguir diferentes níveis de apoio à pessoa durante a alimentação, em função das suas capacidades e necessidades;
- Promover a hidratação e reconhecer sinais que possam sugerir desidratação;
- Identificar dificuldades durante a alimentação e reconhecer situações que exijam a interrupção do apoio e a comunicação à equipa;
- Compreender os principais aspetos relacionados com a eliminação urinária e intestinal, a continência e a incontinência;
- Apoiar a pessoa nas atividades relacionadas com a eliminação, respeitando a sua autonomia, dignidade e privacidade;
- Reconhecer a importância da higiene e da utilização adequada dos dispositivos de apoio;
- Observar e registar informações relevantes relacionadas com a alimentação, hidratação e eliminação, de acordo com os procedimentos definidos.

Módulo	Temática	Duração
5	• Importância da alimentação • Preparação da pessoa • Posicionamento • Ambiente • Promoção da autonomia • Ritmo da refeição • Apoio parcial • Apoio total • Hidratação • Incentivo à ingestão • Sinais de desidratação • Dificuldades durante a alimentação • Situações que exigem interrupção e comunicação • Eliminação urinária • Eliminação intestinal • Continência • Incontinência • Apoio na utilização da casa de banho • Dispositivos de apoio • Higiene • Privacidade • Observação e registo	6h

Data de término: 5 de fevereiro 2027

MÓDULO 6

COMUNICAÇÃO, RELAÇÃO E HUMANIZAÇÃO DOS CUIDADOS

Apresentação

A comunicação e a relação estabelecida com a pessoa idosa constituem dimensões fundamentais da qualidade e da humanização dos cuidados. Comunicar de forma adequada implica não apenas transmitir informação, mas também escutar, observar, respeitar o ritmo da pessoa e adaptar a interação às suas características, capacidades, necessidades e preferências.

Neste módulo serão abordadas diferentes dimensões da comunicação verbal e não verbal, incluindo a adaptação da comunicação perante limitações sensoriais ou dificuldades de expressão. Serão igualmente trabalhados princípios associados à relação de ajuda, à empatia e ao respeito pela dignidade, privacidade, intimidade e capacidade de escolha da pessoa.

Será ainda valorizada uma abordagem individualizada dos cuidados, considerando as preferências e a história de vida de cada pessoa e prevenindo práticas de infantilização. A comunicação durante os cuidados íntimos, a relação com as famílias e o respeito pelos limites profissionais serão igualmente objeto de reflexão.

Objetivos do módulo

No final do módulo, os formandos deverão ser capazes de:

- Reconhecer a importância da comunicação e da relação na prestação de cuidados humanizados à pessoa idosa;
- Utilizar princípios adequados de comunicação verbal e não verbal, ajustando o ritmo, o tom de voz, as instruções e as perguntas à pessoa;
- Desenvolver uma atitude de escuta, respeito e validação na interação com a pessoa idosa;
- Adaptar a comunicação perante limitações auditivas, visuais ou dificuldades de expressão;
- Compreender os princípios fundamentais da relação de ajuda e da empatia;
- Promover uma comunicação que respeite a dignidade, a privacidade, a intimidade, as escolhas e as preferências da pessoa;
- Valorizar a história de vida e as características individuais na relação e na prestação dos cuidados;
- Reconhecer e evitar formas de comunicação ou atuação que possam contribuir para a infantilização da pessoa idosa;
- Adequar a comunicação em situações de prestação de cuidados íntimos;
- Reconhecer princípios adequados de comunicação com as famílias, respeitando os limites profissionais.

Módulo	Temática	Duração
6	• Comunicação com a pessoa idosa • Comunicação verbal • Comunicação não verbal • Escuta ativa • Ritmo • Tom de voz • Instruções • Perguntas • Validação • Respeito • Comunicação perante limitações sensoriais • Audição • Visão • Dificuldades de expressão • Relação de ajuda • Empatia • Dignidade • Privacidade • Intimidade • Escolhas • Preferências • Histórias de vida • Individualização • Infantilização • Comunicação durante cuidados íntimos • Comunicação com famílias • Limites profissionais	6h

Data de término: 12 de fevereiro 2027

MÓDULO 7**DEMÊNCIAS E ABORDAGEM ÀS ALTERAÇÕES COMPORTAMENTAIS NO QUOTIDIANO****Apresentação**

As demências podem provocar alterações ao nível da memória, orientação, compreensão, comunicação e comportamento, com impacto significativo no quotidiano da pessoa idosa e na forma como os cuidados devem ser prestados.

Neste módulo serão abordadas noções fundamentais sobre demência e algumas das alterações cognitivas e comportamentais que podem surgir, nomeadamente agitação, recusa, repetição, deambulação, desorientação e resistência aos cuidados. Pretende-se contribuir para uma melhor compreensão destes comportamentos e para uma atuação mais ajustada às necessidades da pessoa.

Serão igualmente exploradas estratégias de comunicação adaptada e a importância da organização do ambiente, das rotinas, da previsibilidade e da validação emocional, procurando identificar fatores que possam estar associados ao aparecimento ou agravamento de determinados comportamentos e favorecer uma abordagem mais segura, tranquila e humanizada.

Objetivos do módulo

No final do módulo, os formandos deverão ser capazes de:

- Compreender noções fundamentais sobre demência e reconhecer algumas das principais alterações cognitivas associadas;
- Identificar alterações ao nível da memória, orientação, compreensão e comunicação;
- Reconhecer diferentes alterações comportamentais que podem ocorrer no quotidiano da pessoa com demência;
- Compreender possíveis fatores desencadeantes associados a situações de agitação, recusa, repetição, deambulação, desorientação ou resistência aos cuidados;
- Adaptar a comunicação às capacidades e necessidades da pessoa;
- Reconhecer a importância do ambiente, das rotinas e da previsibilidade na organização dos cuidados;
- Aplicar princípios de validação emocional na relação com a pessoa;
- Adotar estratégias de interação que promovam segurança, tranquilidade, respeito e dignidade na prestação dos cuidados.

Módulo	Temática	Duração
7	• Alterações cognitivas • Noções fundamentais sobre demência • Memória • Orientação • Comunicação • Compreensão • Alterações comportamentais • Agitação • Recusa • Repetição • Deambulação • Desorientação • Resistência aos cuidados • Comunicação adaptada • Ambiente • Rotinas • Previsibilidade • Validação emocional • Fatores desencadeantes	6h

Data de término: 19 de fevereiro 2027

MÓDULO 8**CONFORTO E CUIDADOS PALIATIVOS BÁSICOS****Apresentação**

Os cuidados prestados à pessoa idosa com elevada dependência ou em situação de fim de vida devem privilegiar o conforto, a dignidade, a qualidade de vida e o respeito pelas necessidades individuais, integrando uma atenção particular às dimensões físicas, emocionais e relacionais.

Neste módulo serão abordados princípios básicos dos cuidados paliativos e diferentes dimensões do conforto, incluindo a observação de sinais de desconforto, o posicionamento, a higiene, os cuidados perante situações de boca seca, o ambiente, o repouso, a comunicação e a presença junto da pessoa.

Serão igualmente consideradas as necessidades emocionais da pessoa e da família e os cuidados em situação de fim de vida, reforçando os limites de intervenção do cuidador, a importância da identificação e comunicação de alterações e a articulação com os profissionais responsáveis.

Objetivos do módulo

No final do módulo, os formandos deverão ser capazes de:

- Compreender os princípios básicos dos cuidados paliativos e a sua relação com o conforto, a dignidade e a qualidade de vida;
- Reconhecer necessidades de conforto da pessoa idosa com elevada dependência;
- Observar manifestações de desconforto e identificar alterações que devam ser comunicadas;
- Reconhecer medidas de conforto relacionadas com o posicionamento, a higiene, o ambiente e o repouso;
- Compreender os cuidados básicos perante situações de boca seca, no âmbito das suas funções;
- Apoiar a alimentação e a hidratação de acordo com as orientações definidas pela equipa;
- Reconhecer a importância da comunicação, da presença e do respeito pela dignidade da pessoa;
- Identificar necessidades emocionais da pessoa e compreender a importância da relação com a família;
- Reconhecer princípios fundamentais associados aos cuidados em situação de fim de vida;
- Identificar os limites da sua intervenção e a importância da articulação com os profissionais responsáveis.

Módulo	Temática	Duração
8	• Princípios dos cuidados paliativos • Conforto • Qualidade de vida • Pessoa com elevada dependência • Observação do desconforto • Comunicação • Posicionamento • Higiene • Boca seca • Alimentação e hidratação no âmbito das orientações da equipa • Ambiente • Repouso • Presença • Dignidade • Necessidades emocionais • Família • Fim de vida • Limites de intervenção do cuidador • Alterações a comunicar • Articulação com profissionais responsáveis	6h

Data de término: 26 de fevereiro 2027

MÓDULO 9**SEGURANÇA, PREVENÇÃO DE QUEDAS E IDENTIFICAÇÃO DE ALTERAÇÕES****Apresentação**

A segurança constitui uma dimensão transversal aos cuidados prestados à pessoa idosa dependente, exigindo atenção às características da pessoa, às condições do ambiente e às alterações que possam surgir no seu estado geral ou comportamento.

Neste módulo serão abordados os principais fatores relacionados com a prevenção de quedas e acidentes, incluindo a organização do espaço, a iluminação, os obstáculos, o calçado, as ajudas técnicas e a segurança durante as transferências. Serão igualmente analisadas situações de quase-queda e de queda, numa perspetiva de prevenção e redução do risco de recorrência.

Será ainda valorizada a observação de alterações relacionadas com o estado geral, comportamento, alimentação, hidratação, eliminação, pele, mobilidade, consciência e manifestações observáveis de dor, reforçando a importância do reconhecimento de sinais de alerta, da comunicação, do registo de ocorrências e do cumprimento dos procedimentos institucionais.

Objetivos do módulo

No final do módulo, os formandos deverão ser capazes de:

- Reconhecer fatores que podem comprometer a segurança da pessoa idosa;
- Identificar riscos ambientais relacionados com a organização do espaço, iluminação, obstáculos e calçado;
- Reconhecer princípios de segurança associados à utilização de ajudas técnicas e às transferências;
- Identificar medidas de prevenção de quedas e outros acidentes;
- Reconhecer a importância das situações de quase-queda enquanto indicador de risco;
- Identificar alterações relevantes no estado geral e no comportamento da pessoa;
- Observar alterações relacionadas com alimentação, hidratação, eliminação, pele, mobilidade, consciência e manifestações observáveis de dor;
- Reconhecer sinais de alerta e situações que devam ser comunicadas;
- Compreender a importância da comunicação e do registo adequado das ocorrências;
- Atuar de acordo com os procedimentos institucionais aplicáveis e contribuir para a prevenção da recorrência de situações de risco.

Módulo	Temática	Duração
9	• Segurança da pessoa • Riscos ambientais • Organização do espaço • Iluminação • Obstáculos • Calçado • Ajudas técnicas • Transferências • Prevenção de quedas • Situação de quase-queda • Quedas • Prevenção de acidentes • Alterações do estado geral • Comportamento • Alimentação • Hidratação • Eliminação • Pele • Mobilidade • Consciência • Manifestações observáveis de dor • Sinais de alerta • Comunicação • Registo de ocorrências • Procedimentos institucionais • Prevenção de recorrências	6h

Data de término: 5 de março 2027

MÓDULO 10

INTEGRAÇÃO DOS CUIDADOS E CASOS PRÁTICOS

Apresentação

A prestação de cuidados à pessoa idosa dependente exige a integração de diferentes conhecimentos e competências, permitindo responder às necessidades da pessoa de forma organizada, segura, individualizada e humanizada.

Este módulo final pretende promover a mobilização e articulação das aprendizagens desenvolvidas ao longo da especialização, através da análise de situações concretas e casos práticos que impliquem a definição de prioridades, a promoção da autonomia, a segurança, a comunicação, a organização dos cuidados e a articulação com a equipa.

Será igualmente valorizada a reflexão sobre a prática e a tomada de decisão dentro dos limites das funções desempenhadas. Os formandos serão desafiados a integrar os conhecimentos adquiridos e a aplicá-los na análise e resolução de situações concretas de prestação de cuidados à pessoa idosa dependente.

Objetivos do módulo

No final do módulo, os formandos deverão ser capazes de:

- Integrar conhecimentos e competências desenvolvidos nos diferentes módulos da especialização;
- Organizar uma rotina de cuidados, estabelecendo prioridades de acordo com as necessidades da pessoa;
- Integrar os princípios de autonomia, segurança, individualização e humanização na organização dos cuidados;
- Mobilizar estratégias adequadas de comunicação na relação com a pessoa e na articulação com a equipa;
- Reconhecer a importância dos registos na continuidade e organização dos cuidados;
- Analisar situações práticas e identificar respostas adequadas dentro dos limites das funções desempenhadas;
- Identificar situações que exijam comunicação, articulação ou intervenção de outros profissionais;
- Construir propostas individualizadas de organização dos cuidados a partir da análise de situações concretas;
- Refletir criticamente sobre a prática e identificar oportunidades de melhoria;
- Mobilizar as aprendizagens adquiridas ao longo da especialização.

Módulo	Temática	Duração
10	• Integração dos diferentes cuidados • Organização da rotina • Prioridades • Autonomia • Segurança • Individualização • Comunicação • Articulação com a equipa • Registos • Tomada de decisão dentro das funções • Casos práticos • Análise de situações complexas • Construção de propostas individualizadas de organização dos cuidados • Reflexão sobre a prática • Melhoria contínua	6h

Data de término: 12 de março 2027

FORMADOR**Antónia Sobral**

Profissional com experiência na área do apoio e cuidado à pessoa idosa, tendo desenvolvido a sua atividade em contextos de acompanhamento de pessoas com diferentes níveis de autonomia e dependência.

Ao longo do seu percurso profissional, adquiriu experiência na organização e acompanhamento dos cuidados quotidianos à pessoa idosa, com particular atenção à segurança, ao conforto, à dignidade e à promoção da autonomia nas atividades da vida diária. A sua experiência inclui ainda a mobilização e transferência de pessoas com diferentes níveis de dependência, a aplicação de princípios de ergonomia, a prevenção de riscos e a utilização adequada de produtos de apoio.

A sua abordagem valoriza a prestação de cuidados individualizados e humanizados, o respeito pelas capacidades, necessidades e preferências de cada pessoa, bem como a importância da comunicação, da observação e da articulação entre os diferentes intervenientes no processo de cuidado.

Enquanto formadora, privilegia uma abordagem prática e acessível, orientada para situações do quotidiano e para o desenvolvimento de competências que contribuam para uma prestação de cuidados mais segura, consciente e respeitadora da pessoa idosa.

VALOR DA INSCRIÇÃO

Pagamento único	245 €
Pagamento em 3 prestações 1.ª prestação – 90 € no momento da inscrição 2.ª prestação – 90 € até ao dia 30/janeiro 3.ª prestação – 90 € até ao dia 28/fevereiro	270 €

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.