PROGRAMA DE CURSO DE FORMAÇÃO PROFISSIONAL

Cuidados de noções básicas de cuidado e apoio em Contexto Domiciliário e Institucional

1. Mais-valia deste curso

O curso de Cuidados de Noções básicas de cuidado e apoio em Contexto Domiciliário e Institucional visa dotar os formandos de competências técnicas e comportamentais essenciais para o apoio seguro à pessoa dependente, promovendo cuidados básicos em articulação com profissionais de saúde, respeitando os limites legais da intervenção do cuidador.
Constitui uma formação estruturada e alinhada com boas práticas, contribuindo para a qualificação de cuidadores formais e informais e para a melhoria da qualidade dos cuidados prestados em contexto domiciliário e institucional.

2. Destinatários

Público-alvo:

- Cuidadores formais e informais
- Auxiliares de ação médica
- Profissionais de apoio domiciliário
- Técnicos auxiliares de saúde
- Pessoas que pretendam iniciar atividade na área dos cuidados

Requisitos de acesso:

- Escolaridade mínima obrigatória, 12º Ano.
- Idade mínima de 18 anos
- Capacidade de comunicação em língua portuguesa
- Aptidão física e psicológica adequada à prestação de cuidados
- Conhecimentos básicos de informática e acesso a computador com internet

Vagas por turma: 20

3. Modalidade e forma de organização

- Modalidade formativa: Formação Profissional Contínua (não inserida no CNQ)
- Forma de organização: B-learning

4. Objetivos da aprendizagem

Geral/gerais: No final do curso, os formandos serão capazes de prestar cuidados básicos noções básicas de cuidado e apoio em contexto domiciliário e institucional, colaborando com profissionais de saúde, respeitando os limites da sua intervenção e aplicando princípios de segurança, ética e dignidade no cuidado à pessoa dependente.

Específico(s):

No final da formação, o formando deverá ser capaz de:

Domínio do Saber (Conhecimentos):

- Identificar o papel e limites do cuidador na equipa de saúde (Módulo 1);
- Descrever princípios básicos de cuidado e observação do estado geral (Módulo 2);
- Identificar normas de controlo de infeção e segurança (Módulo 3);
- Descrever procedimentos básicos de higiene, conforto e prevenção de úlceras (Módulo 4);
- Identificar técnicas seguras de mobilização e prevenção de quedas (Módulo 5);
- Reconhecer princípios básicos de alimentação e hidratação (Módulo 6);
- Identificar sinais de alerta em situações comuns (Módulo 7);
- Descrever estratégias de comunicação empática e apoio emocional (Módulo 8).

Domínio do Saber-Fazer (Competências práticas):

- Executar cuidados básicos de higiene e conforto;
- Aplicar técnicas seguras de mobilização e transferência;
- Apoiar na alimentação respeitando regras de segurança;
- Aplicar medidas básicas de prevenção de infeções;
- Registar e comunicar ocorrências de forma adequada;
- Atuar dentro dos limites funcionais da sua intervenção.

Domínio do Saber-Ser (Atitudes):

- Demonstrar postura ética e profissional;
- Respeitar a confidencialidade da informação;
- Promover a dignidade e autonomia da pessoa cuidada;
- Trabalhar em articulação com a equipa multidisciplinar.

5. Conteúdos programáticos e carga horária

Unidade temática / Módulo e conteúdos	**Carga horária**			
	Presencial	À distância síncrona / remotas / live training	À distância assíncrona / estudo, trabalho autónomo	**TOTAL**
Módulo 1 – Fundamentos do Cuidar • O papel do cuidador • Limites de atuação • Ética, confidencialidade e dignidade	0	3	3	**6**
Módulo 2 – Noções Básicas de cuidado e apoio • Conceitos essenciais do cuidar • Observação do estado geral da pessoa cuidada • Registo das alterações e informação relevante • O envelhecimento e a dimensão biofisiológica	0	5	5	**10**
Módulo 3 - Controlo de Infeções e Segurança • Conceitos fundamentais de infeção • Higiene das mãos • Uso básico de Equipamento de Proteção Individual (EPI) • Ambiente seguro • prevenção de infeções	4	2	2	**8**
Módulo 4 - Higiene, Conforto e Bem-estar • Higiene no leito • Mudança de decúbitos • Prevenção de úlceras de pressão • Conforto físico e emocional •	0	5	5	**10**
Módulo 5 - Mobilidade e Segurança • Técnicas de segurança de mobilização • Transferências cama/ cadeira • Prevenção de quedas • Ergonomia do cuidador •	0	4	4	**8**
Módulo 6 – Alimentação e Hidratação • Noções básicas de alimentação • Como apoiar a alimentação da pessoa cuidada • Consistência e textura dos alimentos • Disfagia (dificuldade em engolir) • Hidratação na pessoa cuidada	0	3	3	**6**

• Segurança durante a alimentação				
Módulo 7 – Situações Comuns em Enfermagem Básica • Febre, dor e cansaço • Quando e como pedir ajuda médica • Registo e comunicação de ocorrências	0	3	3	**6**
Módulo 8 – Apoio Emocional e Relação com a Família • Comunicação empática • Gestão de stress • Cuidar de quem cuida	0	3	3	**6**
Módulo 9 - Componente prática presencial	15	0	0	**15**
TOTAL	**19h presenciais**	**28 horas remotas / síncronas**	**28 horas estudo assíncrono**	**75horas**

6. Regras de assiduidade

Assiduidade mínima obrigatória: Assiduidade mínima obrigatória: 90% da carga horária total.
Para componentes práticas simuladas, a presença é obrigatória.
No caso de regime à distância:

- Registo de acessos à plataforma;
- Participação nas atividades propostas;
- Realização das avaliações.

Faltas deverão ser justificadas junto da coordenação pedagógica.

7. Metodologias de formação

- Método expositivo
- Método interrogativo
- Método demonstrativo
- Método ativo
- Estudos de caso
- Simulações práticas
- Role-play
- Trabalho em grupo
- Análise de situações-problema
- Treino prático supervisionado

As metodologias privilegiam a aplicação prática e a simulação de situações reais.

8. Critérios e metodologias de avaliação

Satisfação:

- Questionário de satisfação aplicado no final da ação.

Desempenho formadores:

- Inquérito pedagógico aplicado aos formandos.

Aprendizagens:
Avaliação Diagnóstica:

- Questões iniciais de enquadramento.

Avaliação Formativa:

- Participação nas atividades;
- Realização de exercícios práticos;
- Estudos de caso;
- Participação em simulações.

Avaliação Sumativa:

- Teste escrito final;
- Avaliação prática simulada;
- Grelha de observação de desempenho nas práticas simuladas.

9. Classificação final e certificado

Classificação final:
Classificação final:
- 40% – Avaliação prática
- 60% – Avaliação teórica

Aproveitamento:
Classificação igual ou superior a 10 valores numa escala de 0 a 20.
Certificação:
- Certificado de Formação Profissional emitido através do SIGO aos formandos que cumpram a assiduidade mínima e obtenham aproveitamento.
- Declaração de frequência nos restantes casos.

Aproveitamento: para concluir com aproveitamento, os formandos devem ter uma classificação final igual ou superior a 10 numa escala de 0 a 20.
Certificado:
- Certificado de Formação Profissional, emitido pela entidade formadora através do SIGO, a todos os formandos que concluírem com aproveitamento e cumprirem a assiduidade mínima exigida.
- Os formandos que não tiverem aproveitamento na avaliação das aprendizagens e/ou não cumprirem o regime de assiduidade, podem requerer uma declaração comprovativa do número de horas de formação frequentadas.

10. Documentação de apoio

- Apresentações multimédia
- Manuais pedagógicos por módulo
- Fichas de trabalho
- Estudos de caso
- Guias de boas práticas
- Regulamentos e legislação aplicável
- Instrumentos de avaliação

11. Espaços, equipamentos e recursos didáticos

Formação presencial:
- Sala equipada com projetor e quadro
- Camas articuladas para simulação
- Cadeira de rodas
- Andarilhos
- EPI para treino
- Material de higiene e conforto
- Bonecos de simulação

Formação à distância:
- Plataforma LMS
- Recursos multimédia
- Fórum de discussão

12. Tecnologias

- Plataforma Moodle
- Sistema de registo SIGO
- Ferramentas de videoconferência
- Sistema de avaliação online

13. Outras informações

Contactos: + 351 210269928 info@diretrizacademy.pt

Preço do curso: A título de exemplo - 820€ (Oitocentos e Vinte Euros)

Datas Previstas: Novembro de 2026

Anexo1: Regulamento da formação