

Programa



Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de
Albergaria - a - Velha



Designação: Formação de primeiros socorros		
Área: Saúde (código 729)		Ação nº:
Início:	Término:	Horário: 09:00 às 18:00
Duração: 8 horas		Modalidade:
Organização: <input type="checkbox"/> À distância <input checked="" type="checkbox"/> Presencial		Local: Quartel dos Bombeiros Albergaria-a-Velha
Número de formandos: <input type="checkbox"/> Mínimo 6 <input type="checkbox"/> Máximo 20		

Enquadramento

A formação em primeiros socorros de 8 horas visa aprofundar as competências de intervenção em situações de emergência, abordando de forma prática e detalhada das técnicas de suporte básico de vida, imobilizações ligeiras, tratamento de feridas e gestão de situações de urgência até à chegada de ajuda diferenciada.

Objetivos gerais

No final da formação, o formando deverá ser capaz de prestar assistência segura e eficaz a vítima de acidente em contexto de trabalho ou doença súbita, aplicando corretamente técnicas de primeiros socorros e SBV.

Objetivos específicos

- Reconhecer o Sistema Integrado de Emergência Médica (SIEM);
- Reconhecer os meios e intervenientes do SIEM;
- Descrever a cadeia de sobrevivência sem omitir nenhum elo;
- Avaliar corretamente um cenário e garantir as condições de segurança;
- Avaliar o estado de consciência e ventilação da vítima;
- Acionar corretamente os meios de emergência;
- Executar as manobras de SBV em manequim de treino, sem erros fatais;
- Descrever o algoritmo de Suporte Básico de Vida (SBV) em adulto corretamente;
- Reconhecer o procedimento para aplicar a posição lateral de segurança (PLS);
- Realizar manobras de desobstrução da via aérea (OVA);
- Reconhecer o tipo de hemorragias e curativos simples;
- Reconhecer algumas técnicas de imobilização de fratura;



Destinatários e pré-requisitos à frequência da formação

Esta formação destina-se aos colaboradores interessados na aquisição de competências de primeiros socorros, que desempenham funções em ambientes no contexto de trabalho, onde possam ocorrer eventos súbitos privilegiando sempre a preservação da vida e a prevenção de sequelas.

Não há requisitos de escolaridade.

Equipa pedagógica

Gestor da coordenação: Oficial Bombeiro 2º Fábio Marques

Coordenador pedagógico: Comandante Pedro Oliveira

Formador 1:

Formador 2:

Módulos/Conteúdos programáticos

Módulos	Conteúdos	Duração prevista			
		CT	PS	PCT	VE
1	SIEM + Meios e Cadeia de sobrevivência	0,50	-	-	-
1	Avaliação da vítima + condições de segurança	0,50	0,50	-	-
1	Suporte Básico de Vida (SBV)	0,50	0,50	0,50	-
1	Posição Lateral de Segurança (PLS)	0,50	0,50	-	-
1	Desobstrução de via aérea (OVA)	0,50	0,50	-	-
1	Curativos simples + tipo de hemorragias + imobilizações ligeiras	0,50	0,50	0,50	-
	Avaliação teórica	0,50	-	-	-
	Avaliação Prática – Execução de técnica em manequim	0,50	-	-	-
	Avaliação e encerramento do curso	0,50	-	-	-
Subtotal		4,5	2,5	1	-
Total do curso		8			

CT: Científico-Tecnológico; PS: Prática simulada; PCT: Prática em contexto de trabalho; VE: Visita de Estudo

Conteúdos programáticos

Módulo 1 – Introdução ao SIEM + Meios e Cadeia de sobrevivência

- Conceito de emergência médica pré-hospitalar;



- O que é o SIEM (Sistema Integrado de Emergência Médica);
- Como ativar o SIEM (112);
- Informação essencial a transmitir ao operador;
- Meios de socorro: ambulâncias, VMER, helicóptero, INEM, bombeiros;
- Conceito de triagem em emergência;
- A cadeia de sobrevivência:
 - Reconhecimento precoce da emergência;
 - Ativação do sistema de emergência;
 - Início precoce de SBV;
 - Desfibrilhação precoce;
 - Suporte Avançado de Vida.

Módulo 1 – Avaliação da Vítima + Condições de Segurança

- Avaliação da segurança do cenário;
- Proteção individual do socorrista;
- Riscos ambientais (elétricos, químicos, incêndio, etc.);
- Avaliação do estado de consciência;
- Avaliação da respiração;
- Avaliação do pulso (conceito e localização);
- Pesquisa de hemorragias externas;
- Avaliação primária (ABCDE – conceito geral);
- Avaliação secundária (quando aplicável).

Módulo 1 – Suporte Básico de Vida (SBV)

- Conceito e objetivos do SBV;
- Diferença entre paragem respiratória e paragem cardiorrespiratória;
- Sequência do SBV em adulto;
- Compressões torácicas:
 - Posição das mãos;
 - Frequência e profundidade;
 - Tempo de compressão e descompressão.
- Ventilações:
 - Técnica boca-a-boca/boca-máscara;
 - Relação compressões/ventilações.



- Utilização do DAE (Desfibrilhador Automático Externo) - quando aplicável;
- Continuidade das manobras até chegada de ajuda.

Módulo 1 – Posição Lateral de Segurança (PLS)

- O que é e para que serve a PLS;
- Indicações para a PLS;
- Contraindicações;
- Passo a passo da execução;
- Cuidados com a coluna vertebral;
- Vigilância da vítima em PLS.

Módulo 1 – Desobstrução de Via Aérea (OVA)

- Conceito de obstrução da via aérea;
- Tipos de obstrução:
 - Parcial;
 - Total.
- Sinais de OVA ligeira e grave;
- Pancadas interescapulares;
- Manobra de Heimlich (compressões abdominais);
- Sequência de atuação em adulto consciente;
- Atuação em vítima inconsciente com OVA.

Módulo 1 – Curativos Simples e Tipos de Hemorragias

- Tipos de hemorragias:
 - Externa;
 - Interna;
 - Arterial, venosa e capilar.
- Gravidade das hemorragias;
- Técnica de compressão direta;
- Elevação do membro (quando indicado);
- Utilização de compressas e ligaduras;
- Tipos de curativos simples;
- Cuidados de higiene e prevenção de infeção;



Metodologias de formação

A formação combina métodos teóricos e práticos, permitindo ao formando adquirir conhecimentos e desenvolver competências em contexto simulado.

Métodos:

- **Expositivo** - com teórica em suporte multimédia;
- **Interrogativo** - através de formulação de perguntas;
- **Demonstrativo** - através de técnicas pelo formador;
- **Ativo** - permitindo que os participantes desenvolvam capacidade de decisão e intervenção eficaz.

Técnicas:

- **Simulações** - de cenários;
- **Estudo** - de casos através de discussão orientada;
- **Treino** - prática individual e em equipa.

Recursos pedagógicos de apoio

- Quadro branco;
- Projetor multimédia;
- Computador;
- Tela interativa;
- Vídeo;
- Mesas.

Espaços e equipamento

- Sala para parte teórica;
- Espaço exterior/interior para práticas simuladas;
- Manequim de treino;
- Material de imobilização;
- Ligaduras;
- Insuflador manual/Pocket mask;
- Plano duro e colares cervicais;
- Talas de imobilização.



Critérios e metodologia de avaliação

A avaliação da aprendizagem é um processo contínuo que obedece aos seguintes critérios:

Avaliação diagnóstica (não aplicável):

Tem como objetivo obter informações sobre os conhecimentos, habilidades e necessidades dos formandos antes do início de uma formação.

Avaliação teórica:

- Teste escrito constituído por 10 perguntas, em que cada uma tem quatro opções, todas com resposta verdadeira ou falsa (0,50 valores por cada opção certa);
- A classificação do teste escrito deve ser igual ou superior a 10 valores;
- Não está prevista a repetição do teste escrito.

Avaliação prática:

- Execução de manobras em manequim.

O incumprimento de qualquer um destes critérios de avaliação determina a reprovação da formação, **(não aplicável)**.

A classificação final resulta da média aritmética das componentes avaliadas, arredondada às décimas **(não aplicável)**.

Avaliação satisfação reação (não aplicável): formandos e formadores.

Acompanhamento pós formação, (não aplicável).

Critérios de seleção

Da responsabilidade do cliente, que contrata os serviços de formação.

Critérios de exclusão

- Os previstos no regulamento da formação;
- Cometer infração no que respeita às regras estabelecidas no âmbito da formação;
- Faltar nos momentos de avaliação.

Emissão do certificado de formação

Concluída a formação com aproveitamento, é emitido um certificado comprovativo com a classificação obtida.



AHBVAV

Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Albergaria-a-Velha

O formando que não obtenha aproveitamento pode solicitar à entidade formadora uma declaração de frequência da formação, com indicação das horas em que esteve presente **(não aplicável)**.

Proposta da formação

- Formador/hora.....45€ x 8h = 360€

Quartel em Albergaria-a-Velha, 20 de janeiro de 2026

Gestor de Formação

Oficial Bombeiro de 2º Fábio Marques