

# CAPACITAÇÃO DO CUIDADOR

FORMAÇÃO DE CUIDADORES INFORMAIS E FORMAIS



## MÓDULO 1

DURAÇÃO

Ser cuidador informal... E agora?

- Conceito e desafios
- Direitos e deveres
- Necessidades
- Rede de apoio

1H

Mass Training

2H

Cuidar do Cuidador - Prevenção da exaustão e técnicas de relaxamento

1H

## MÓDULO 2

DURAÇÃO

Atuação em Situações de Urgência/Emergência

- Sinais de alarme
- Perda de consciência (sincope e desmaio)
- Obstrução da via aérea (Engasgamento)
- Feridas
- Queimaduras
- Convulsões
- Hipoglicémia

1H30

Atividades de Vida Diária (exposição, demonstração e Bancas Práticas)

- Cuidados de Higiene:
  - No Leito
  - Outros
  - Vestuário
- Alimentação:
  - Ajudas Técnicas
  - Alimentação por Sonda Nasogástrica

2H30

## MÓDULO 3

DURAÇÃO

Polimedicação e Adesão à terapêutica

1H

Gestão dos afetos e estratégias para uma comunicação eficaz com a pessoa Idosa e/ou dependente

1H

Atividades de Vida Diária (exposição, demonstração e Bancas Práticas)

- Posicionamentos e Transferências
- Prevenção de úlceras de pressão

2H

## MÓDULO 4

DURAÇÃO

Problemas respiratórios: E agora?

- Administração de Oxigénio
- Sinais de agravamento
- Secreções
- Exercícios respiratórios

1H30

Atividades de Vida Diária (exposição, demonstração e Bancas Práticas)

- Eliminação
- Cuidados à pessoa algaliada

1H30

Quedas – Prevenir para não cair

1H

## MÓDULO 5

DURAÇÃO

Envelhecimento ativo - Qualidade de vida e prevenção de complicações

1H

Higienização dos espaços e controlo de infeção

1H

Estratégias de controlo da dor

1H

Apoios existentes para os cuidadores informais, pessoas com dependência e ajudas técnicas

1H

## MÓDULO 6

DURAÇÃO

É preciso mantê-lo ocupado?

- Atividades de lazer e distração
- Exercícios de treino de memória

1H

Cuidar da pessoa com ostomias

1H

Cuidar em fim de vida e luto

1H

Avaliação do Curso

1H

HORÁRIOS DA FORMAÇÃO  
**14h00 - 18h00**

CERTIFICADO  
**Para efeitos de emissão de Certificado de Formação, é necessário ter frequentado 20 horas (84%) do curso.**