



## FORMAÇÃO BÁSICA/GERAL EM SOCORRISMO NO ÂMBITO LABORAL

**CÓDIGO:**

**ET F 13 00**

**DURAÇÃO:**

**12 Horas**



SAÚDE  
• Saúde - programas não classificados  
noutra área de formação  
SERVIÇOS DE SEGURANÇA  
• Proteção de pessoas e bens  
• Segurança e higiene no trabalho

### ENQUADRAMENTO

Os primeiros socorros são a primeira assistência à vítimas de acidente ou de doença súbita, através da aplicação de procedimentos básicos e eficazes para reduzir a gravidade da situação.

A Lei n.º102/2009 de 10 de Setembro, regime jurídico da promoção da segurança e saúde no trabalho, no capítulo III, Artigo 20.º, obriga o empregador a formar, em número suficiente, tendo em conta a dimensão da empresa e os riscos existentes, os trabalhadores responsáveis pela aplicação das medidas de primeiros socorros. A Direção Geral Da Saúde veio, através da a Informação Técnica 03/2012 (2.ª Edição – Jan. 2013), esclarecer a carga horária e conteúdos fundamentais da formação de Primeiros Socorros no âmbito laboral.

### OBJETIVOS GERAIS

Habilitar os formandos com conhecimentos, teóricos e práticos, que lhes permitam prestar a primeira assistência a vítimas de acidente ou doença súbita.

### DESTINATÁRIOS

Funcionários de empresas e instituições - Trabalhadores sem formação base na área da saúde.

## FORMAÇÃO BÁSICA/GERAL EM SOCORRISMO NO ÂMBITO LABORAL

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Perante uma situação concreta, apresentada pelo formador, de acidente e/ou doença súbita, identificar procedimentos de assistência à vítima através do preenchimento de frases e/ou fluxogramas incompletos de forma acertada, em pelo menos 80% dos espaços em branco;
- Perante uma situação concreta, apresentada pelo formador, de acidente e/ou doença súbita, identificar o material constituinte da Mala de Primeiros Socorros, a usar na situação referida pelo formador, a partir de uma lista fornecida, de forma acertada em pelo menos 50% das respostas solicitadas;
- Perante uma situação concreta, apresentada pelo formador, de acidente e/ou doença súbita, (por exemplo: feridas, síncope), classificar quanto ao valor lógico (verdadeiro ou falso), afirmações acerca de conceitos e procedimentos de atuação, de forma acertada em pelo menos 50% das respostas solicitadas;
- Perante uma situação concreta de acidente ou doença súbita, apresentada pelo formador, o formando deverá aplicar o algoritmo de Suporte Básico de Vida adequado à presente situação e de forma correta;
- Perante uma situação concreta, apresentada pelo formador, de acidente e/ou doença súbita, o formando deve avaliar a situação e aplicar corretamente a técnica de socorrismo adequada.

### MODALIDADE DE FORMAÇÃO

Outras ações de formação contínua (não inseridas no catalogo nacional de qualificações).

### FORMA DE ORGANIZAR A FORMAÇÃO

Regime presencial, sendo obrigatória a frequência de 100% da carga horária.

### METODOLOGIA DE FORMAÇÃO

- Método expositivo, centralizado na transmissão oral dos conteúdos.
- Método Ativo;
- Estudo de Casos;
- Método demonstrativo, centralizado na explicação e demonstração de procedimentos seguida da realização de exercícios práticos.

### CONTEÚDOS PROGRAMÁTICO

Enquadramento Legal: Principais aspetos legais relacionados com os primeiros socorros no local de trabalho;

Informação geral sobre o plano de emergência interno e o plano específica de primeiros socorros da empresa, estabelecimento ou serviço.

Noções Gerais: Primeiros Socorros - Conceito, princípios e objetivo(s) no contexto de trabalho;

Sistema integrado de emergência médica (SIEM) - Detenção, alerta, pré-socorros, socorro e transporte;

Elos da cadeia de Sobrevivência;

Referência aos efeitos de stress, medo, pânico e/ou outros, e como estes podem interferir no desempenho do socorrista/trabalhador, assim como o que fazer para os superar visando uma adequada ação

Técnicas Gerais de Procedimentos de Socorro à Vítima em situações de Emergência:

Identificar as potenciais situações de risco que podem desencadear situações de emergência no local de trabalho e a importância de prestar os primeiros socorros;

Conteúdo e localização da(s) Caixa(s) de primeiros socorros;

Localização atualizada de números de telefone de emergência

Suporte Básico de Vida: Avaliação da Segurança do local da natureza do evento adverso e do potencial mecanismos de lesão da vítima;

Avaliação da vítima da vítima(s);

Principais dados/informações a prestar pelo socorrista/trabalhador quando aciona o pedido de socorro relativamente ao local e à vítima;

Posição Lateral de Segurança (proceder a simulações práticas);

Informação sobre resgate e transporte de vítimas (politraumatizados);

Recomendações no socorro à vítima (ex. não dar de comer).

Socorro à Vítima - Situações Específicas de emergência (Simulações práticas):

Técnicas e procedimentos (proceder a simulações práticas, sempre que aplicável) de avaliação e intervenção, que permitam reconhecer os sinais/sintomas da vítima e saber como atuar em situações de emergência de situações gerais e específicas da empresa, estabelecimento ou serviço.

### CRITÉRIOS E METODOLOGIAS DE AVALIAÇÃO

Formativa, realizada ao longo da ação e em todas as situações de aprendizagem;

Avaliação prática do Algoritmo do Suporte Básico de Vida (35% da avaliação final).

### RECURSOS PEDAGÓGICOS

Recursos físicos a usar pelo formador:

-Computador, videoprojector; colunas de som, quadro branco e marcadores;

-Manequins para prática de suporte básico de vida e Mala de primeiros socorros.

### ESPAÇOS E EQUIPAMENTOS

Características da sala de formação:

- Área útil mínima por formando – 2m<sup>2</sup>;
- Condições ambientais adequada: luz, temperatura, ventilação, insonorização;
- Condições de higiene e Segurança adequada;
- Mesas e cadeiras em número suficiente para o nº máximo de formandos por turma.