

## Programa de Formação

### Código - Designação

**Ajudante de Acção Directa – A atitude perante o idoso**

### Local

Rua Camilo Castelo Branco, N. 4, (a cerca de 100 metros do Marquês de Pombal),  
Lisboa

**Projecto n.º:** N/a

**Curso n.º:** 1

**Acção n.º:** 1

### Carga horária:

36 horas (18 horas/área comportamental + 18 horas/área da saúde)

### Calendarização :

De 7 de Março a 13 de Abril de 2016

Ver cronograma no final

### Destinatários:

Ajudantes de acção directa e prestadores de cuidados

### Pré-requisitos

Saber ler e escrever.

### Modalidade da Formação

Formação contínua / actualização

### Área de Educação e formação

723 – Enfermagem

### Forma de organização da formação:

Presencial

### Objectivo geral do curso:

Capacitar os formandos de competências profissionais ao nível do comportamento e da prestação de cuidados de saúde, higiene e conforto à pessoa em situação de

## Objectivo geral do curso:

dependência e/ou perda de autonomia.

## Objectivos específicos:

No final do curso os formandos deverão:

- Desenvolver capacidades, técnicas e estratégias de comunicação eficaz e assertiva;
- Identificar formas ineficazes de relacionamento no dia-a-dia e encontrar formas de as ultrapassar;
- Utilizar as técnicas da programação neuro-linguística nas relações pessoais e profissionais;
- Gerir as reacções dos interlocutores sem agressividade, manipulação ou passividade;
- Avaliar a complexidade do envelhecimento humano;
- Identificar o papel dos cuidadores formais/ ajudante de acção directa;
- Reconhecer a importância dos valores organizacionais no seio de uma Instituição;
- Aplicar as técnicas e metodologias de apoio ao idoso com perda de autonomia;
- Prestar cuidados de saúde, higiene e conforto ao idoso tendo em conta o nível de autonomia ou incapacidade;
  - Conhecer e agir conforme as normas da ética profissional.

## Conteúdos programáticos:

Módulo Comportamental (18 horas):

Estratégias de comportamento eficaz (Eu e o ambiente de trabalho)

- Estratégias para um comportamento Eficaz;
- Estilos de Comunicação;
- Importância de uma Comunicação Assertiva

Envelhecimento humano e papel do cuidador formal no seio das instituições (O

## Conteúdos programáticos:

utente e sua família)

- Auto conhecimento e gestão de expectativas;
- O cuidador formal e a evolução da sociedade;
- Importância do trabalho em equipa;
- Entendimento do dilema familiar que implica um internamento;
- Gestão de stress;
- Gestão de conflitos

Valores Organizacionais (A instituição e a imagem)

- Valores Organizacionais
- Liderança

Ajudantes de Acção Directa / Intervenções - Competências

- A velhice;
- O envelhecimento;
- A pessoa idosa...e o processo de institucionalização

A ética profissional

- 1) Direitos, princípios e valores no cuidar;
- 2) O segredo profissional

Módulo da Saúde (18 horas):

Os problemas de saúde considerados "típicos da idade avançada".

Cuidados de higiene e conforto:

- Importância do momento da higiene: -relação com o idoso;
- técnicas de observação;
- prevenção (de acidente; de escaras...)
- estimulação da autonomia do idoso
- importância da massagem (no relaxamento e activação da circulação)
- a auto-estima do idoso
- mobilidade articular

## Conteúdos programáticos:

- como lavar a cabeça a um idoso acamado
- ajudas técnicas
- ensino/educação ao idoso e família
- Cuidados de Higiene e conforto à pessoa idosa..."técnicas e procedimentos /a atitude no cuidar"

### Cuidados de higiene especiais:

- Higiene oral (com prótese dentaria; com entubação nasogastrica; traqueostomizado...);
- Ocular
- Pés (pessoa com diabetes; infecções; alterações circulatórias...)
- Região perineal

### Mobilização e posicionamento da pessoa idosa:

- princípios técnicos
- etiologia das úlceras de pressão (escaras):
  - factores intrínsecos
  - factores extrínsecos
  - estádios
- posicionamentos/decúbitos
- materiais para posicionamento/prevenção
- observação/avaliação/intervenção
- materiais disponíveis de prevenção

### Transferências (da cama para cadeira; da cadeira para cama...)

- princípios básicos/técnicas de transferência (na prevenção de acidentes no cuidador e idoso)
- ajudas técnicas

### Como estimular o idoso a alimentar-se de forma adequada

- 1) tipo de alimentos
- 2) apresentação dos alimentos

## Conteúdos programáticos:

- 3) ambiente em que é servida a refeição
- 4) ajudas técnicas

### Princípios fundamentais na administração de medicamentos

- 1) de acordo com a orientação do enfermeiro/princípios gerais
  - na hora certa
  - ao doente certo
  - na dose certa
  - via certa
  - técnica correcta (na via inalatória; rectal; oftalmológicos; nasal...)
- 2) Observação de prováveis efeitos secundários
  - escutar o idoso
  - valorizar as queixas
  - informar o enfermeiro/médico

### Prevenção de quedas no idoso:

- causas (inerentes da pessoa idosa; inerentes á utilização das ajudas técnicas, vestuário, no WC...)
- como utilizar as ajudas técnicas pelo colaborador/idoso (cadeira de rodas; andarilho;...)
- prevenção.

### Como lidar com idoso confuso e agitado.

### Cuidados especiais ao idoso

- 1) O doente com entubação naso-gástrica (para alimentação/hidrat. e terapêutica)
- 2) O doente com oxigénio
- 3) O doente algaliado/dispositivo urinário externo
- 4) A atitude do cuidador

### Prevenção de transmissão de doenças

## Conteúdos programáticos:

-barreiras e medidas preventivas do cuidador

Cuidados na fase final da vida

- 1) importância do escutar
- 2) " do toque
- 3) " dos cuidados
- 4) o luto
- 5) a atitude do cuidador

## Metodologias da Formação:

As metodologias utilizadas serão: activa, interrogativa, expositiva e demonstrativa. Casos práticos.

## Recursos e Materiais Pedagógicos:

- Computador
- Datashow
- Manequim e torsos de reanimação
- Outros recursos sugeridos pelo formador e/ou formandos no âmbito da criação de actividades lúdico-pedagógicas.

## Requisitos do Espaço:

- Uma sala com aproximadamente 30m<sup>2</sup>
- Mesas de formação modulares (60x90cm)
- Disposição da sala em U

## Avaliação:

Tendo em conta o momento, aplicar-se-á três tipos de avaliação do processo de aprendizagem: avaliação inicial (de diagnóstico), avaliação contínua (formativa e sumativa) e avaliação final (sumativa). O curso prevê uma avaliação de conhecimentos no final. Esta será feita através de testes ou trabalhos. Será também realizada uma avaliação da formação.

<b>DATAS (Março/Abril 2016)</b>	<b>MÓDULO</b>	<b>FORMADOR/A</b>	<b>HORÁRIO LABORAL</b>		<b>Nº HORAS</b>
7/Março segunda-feira	Abertura	Coordenação	14.00	14.30	½
	Comportamental	Sandra Mateus	14.30	17.30	3
9/Março quarta-feira	Saúde	Lourença Prada	14.00	17.00	3

## Avaliação:

14/Março segunda-feira	Comportamental	Sandra Mateus	14.00	17.00	3
16/Março quarta-feira	Saúde	Lourença Prada	14.00	17.00	3
21/Março segunda-feira	Comportamental	Sandra Mateus	14.00	17.00	3
23/Março quarta-feira	Saúde	Lourença Prada	14.00	17.00	3
28/Março segunda-feira	Comportamental	Sandra Mateus	14.00	17.00	3
30/Março quarta-feira	Saúde	Lourença Prada	14.00	17.00	3
4/Abril segunda-feira	Comportamental	Sandra Mateus	14.00	17.00	3
6/Abril quarta-feira	Saúde	Lourença Prada	14.00	17.00	3
11/Abril segunda-feira	Comportamental	Sandra Mateus	14.00	17.00	3
13/Abril quarta-feira	Saúde	Lourença Prada	14.00	17.00	3
	Encerramento	Coordenação	17.00	17.30	½
Total de horas formativas					36