

**PLANIFICAÇÃO A LONGO PRAZO**  
**HIGIENE, SEGURANÇA E CUIDADOS GERAIS- 11º ANO**  
Ano letivo 2020-2021

<b><u>Conteúdos Programáticos HSCGS</u></b>	Nº de tempos de 45min previstos
<b>1º Período (Total de 80 tempos de 45 min)</b>	
<p><b>UFCD 6571: <u>Técnicas de posicionamento, mobilização, transferência e transporte (50 horas)</u></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li><b>1. Consequências da imobilidade nos sistemas orgânicos</b></li> <li><b>2. Técnicas de mobilização</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>2.1. Os aspetos gerais a ter em conta na mobilização</li> <li>2.2. As ajudas técnicas</li> </ol> </li> <li><b>3. Técnicas de transferência</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>3.1. Os princípios a aplicar nas transferências</li> <li>3.2. Tipos de transferência: A transferência da cama para a cadeira; e A transferência da cama para a maca</li> <li>3.3. A transferência do utente com sistemas de soros, drenagens, tubagens ou outros dispositivos</li> <li>3.4. A transferência de utentes com alterações comportamentais: agitadas ou imobilizadas</li> <li>3.5. As ajudas técnicas de apoio na transferência e suas funções: Guindaste; Tábua de transferência; e transferes</li> </ol> </li> <li><b>4. Transporte na cama, maca e cadeira de rodas</b></li> <li><b>5. Os posicionamentos</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>5.1. Conceito</li> <li>5.2. Princípios básicos</li> <li>5.3. Tipos de posicionamentos: Decúbito dorsal; Decúbito ventral; Decúbito lateral direito; Decúbito lateral esquerdo; Decúbito semi-ventral direito; Decúbito semi-ventral esquerdo; Decúbito semi-dorsal direito; e Decúbito semi-dorsal esquerdo</li> <li>5.4. Técnicas associadas a cada tipo de posicionamento</li> <li>5.5. A importância dos posicionamentos na prevenção das úlceras</li> </ol> </li> <li><b>6. A ergonomia e a sua aplicação na área dos posicionamentos</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>6.1. Risco ocupacional para o Auxiliar de Saúde na manipulação de cargas</li> <li>6.2. Os princípios ergonómicos a respeitar, como medidas preventivas de lesão</li> </ol> </li> <li><b>7. Ajudas técnicas de apoio à mobilização e marcha e suas funções</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>7.1. Andarilho</li> <li>7.2. Canadianas</li> <li>7.3. Bengalas e pirâmides</li> <li>7.4. Muletas axilares</li> <li>7.5. Cadeira de rodas</li> </ol> </li> <li><b>8. O âmbito de intervenção do/a Auxiliar de Saúde</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>8.1. Tarefas a executar sob supervisão direta de um profissional de saúde</li> <li>8.2. Tarefas a executar sozinho/a sob orientação e supervisão de um profissional de saúde</li> </ol> </li> </ol>	67
<p><b>UFCD 6572: <u>Higiene, segurança e saúde no trabalho no sector da saúde (50 horas)</u></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li><b>1. Conceitos associados à Segurança Higiene e Saúde no Trabalho</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.1. Definição de trabalho, saúde, perigo, risco, acidente, incidente, doença profissional, doença relacionada com o trabalho, condições de trabalho, prevenção, proteção, avaliação de riscos, controlo de riscos</li> </ol> </li> <li><b>2. Legislação de enquadramento da matéria no sector da saúde</b></li> <li><b>3. Riscos profissionais</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>3.1. Conceitos e terminologia</li> <li>3.2. Princípios gerais de prevenção</li> </ol> </li> </ol>	13

#### 4. Tipologia de riscos profissionais

- 4.1. Locais e postos de trabalho
- 4.2. Equipamentos de trabalho

#### 2º Período (Total de 66 tempos de 45 min)

#### Módulo 2 UFCD 6572: Higiene, segurança e saúde no trabalho no sector da saúde

- 4.3. Contacto com produtos químicos e tóxicos
- 4.4. Transporte de cargas
- 4.5. Contacto com fontes elétricas
- 4.6. Incêndio, inundação e explosão
- 4.7. Contacto com radiações

#### 5. Medidas de prevenção, proteção e tipos de atuação no âmbito da SHST

- 5.1. Sinalização de segurança no local de trabalho
- 5.2. Equipamentos de proteção individual e coletiva
- 5.3. Rotulagem e armazenagem de substâncias perigosas.
- 5.4. Plano de emergência: Situações de catástrofe (ex: incêndios, inundações, tremores de terra...); e Plano de evacuação

#### 6. Ergonomia

- 6.1. Conceito e objetivos
- 6.2. Requisitos mínimos de segurança e saúde na movimentação manual de cargas
- 6.3. Fatores ambientais inibidores do bem-estar no trabalho: Ruído; Vibrações; Ambiente térmico; Qualidade do ar; e Sistema de iluminação

#### 7. Principais doenças profissionais

- 7.1. Definição legal e sua classificação
- 7.2. Causas dos acidentes e das doenças profissionais
- 7.3. Estatísticas e impactos socioeconómicos

#### 8. O âmbito de intervenção do/a Auxiliar de Saúde

- 8.1. Tarefas a executar sob supervisão direta de um profissional de saúde
- 8.2. Tarefas a executar sozinho/a, sob orientação e supervisão de um profissional de saúde

#### UFCD 6574: Cuidados na higiene, conforto e eliminação (50 horas)

#### 1. Noções gerais sobre necessidades humanas básicas

- 1.1. Necessidades humanas básicas ao longo do ciclo de vida do Indivíduo o no contínuo saúde/doença
- 1.2. O contributo do/a Técnico/a Auxiliar de Saúde, na equipa multidisciplinar, para a satisfação das necessidades humanas básicas do utente: higiene e conforto; alimentação; hidratação; eliminação

#### 2. Cuidados de higiene e conforto a utentes que necessitam de ajuda parcial ou total

- 2.1. A importância da higiene e do conforto para a saúde do utente
- 2.2. Questões relativas à privacidade, intimidade e sexualidade do utente - Aspetos a ter em conta na interação
- 2.3. Os principais fatores ambientais propiciadores de conforto/desconforto para o utente
- 2.4. Os principais fatores pessoais do utente propiciadores de conforto/desconforto

#### 3º Período (Total de 55 tempos de 45 min)

#### UFCD 6574: Cuidados na higiene, conforto e eliminação (50 horas)

- 2.5. A técnica do banho: Banho na cama; Banho no chuveiro/banheira; Banho na cadeira de banho assistido; Banho na maca banheira
- 2.6. Técnicas de substituição de Roupas de cama e macas ocupadas
- 2.7. Técnicas de vestir e despir o utente
- 2.8. Materiais e equipamentos de higiene e conforto
- 2.9. Produtos de higiene e conforto: características e sua aplicação
- 2.10. Outros cuidados básicos de higiene e apresentação: Cabelo; Unhas; Barba; Higiene oral
- 2.11. A colaboração em cuidados de higiene a utentes com sistemas de soros, drenagens, tubagens e/ou outros dispositivos

#### 3. A Eliminação

- 3.1. Cuidados a ter no antes e após a eliminação: Condições ambientais e de privacidade; A limpeza e

54

12

55

<p>higiene parcial dos genitais</p> <p>3.2. Materiais e técnicas de apoio à eliminação:</p> <p>3.2.1. Colocação e remoção do urinol:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Com a colaboração do utente</li> <li>- Auxiliando o enfermeiro</li> </ul> <p>3.2.2. Colocação e remoção da arrastadeira:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Com a colaboração do utente</li> <li>- Auxiliando o enfermeiro</li> </ul> <p>3.2.3. Colocação e substituição de fraldas</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Com a colaboração do utente</li> <li>- Auxiliando o enfermeiro</li> </ul> <p>3.2.4. Transferência e posicionamento na cadeira sanitária</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Com a colaboração do utente</li> </ul> <p>3.2.5. Esvaziamento dos sacos coletores de urina com válvula</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cuidados de manuseamento</li> </ul> <p>3.2.6. Outros dispositivos de apoio à eliminação - noções básicas: algalias, sondas vesicais, sondas retais, sacos de urostomia, sacos de nefrostomia, sacos de colostomia</p> <p><b>4. Produtos de eliminação vesical e intestinal</b></p> <p>4.1. Urina: características, alterações e sinais de alerta</p> <p>4.2. Fezes: características, alterações e sinais de alerta</p> <p><b>5. Tarefas que em relação a esta temática se encontram no âmbito de intervenção do/a Técnico/a Auxiliar de Saúde</b></p> <p>5.1. Tarefas que, sob orientação de um enfermeiro, tem de executar sob sua supervisão direta</p> <p>5.2. Tarefas que, sob orientação e supervisão de um enfermeiro, pode executar sozinho/a</p>	<p><b>Total:201</b></p>
--	-------------------------

Notas: a) As aulas previstas englobam os momentos de Avaliação diagnóstica, formativa, sumativa e autoavaliação.

Docente que irá lecionar a disciplina: Vera Oliveira

Grupo 520: Biologia/ Geologia



UNIÃO EUROPEIA  
Fundo Social Europeu



EDUCAÇÃO