



ANO LETIVO – 2019/2020

TÉCNICO SUPERIOR PROFISSIONAL EM GERONTOLOGIA E CUIDADOS DE LONGA DURAÇÃO

DESCRITOR DA UNIDADE CURRICULAR: AUTO CUIDADO, MOBILIZAÇÕES E TRANSFERÊNCIAS.

<b>Ciclo de Formação:</b> 1º	<b>Ano:</b> 1º	<b>Semestre:</b> 2º	<b>Área (CNAEF):</b> 723	<b>ECTS:</b> 5
---------------------------------	-------------------	------------------------	-----------------------------	-------------------

#### Horas de Trabalho do Estudante

Horas Totais:	Contacto:							
	Teórico	Teórico/Prática	Prática Laboratorial	Trabalho de Campo	Seminário	EC/Estágio	Orientação Tutorial	Outras
135	12	26	22					75

#### Objetivos da unidade curricular e competências a desenvolver:

- Dotar os formandos de competências essenciais a prestação de cuidados específicos de saúde relacionados com cuidados de higiene e conforto, mobilização e transferência de utentes.

#### Objectives of the curricular unit and competences to be developed:

- Provide trainees with essential skills to provide specific health care related to Hygiene and comfort care, mobilization and transfer of users.

#### Conteúdo programático descritivo:

I – Cuidados de Higiene e Conforto  
Higiene de mãos  
O banho na cama  
O banho na banheira  
A higiene Oral  
Como mudar a roupa da cama do doente deitado  
Prevenção de úlceras de pressão

II – Mobilidade  
Alterações da mobilidade/consequências da imobilidade/Avaliação Funcional da Pessoa Idosa:  
-Exame Físico e postural  
-Escala / instrumentos de Avaliação (MIF)  
Noções de mobilização Ativa/ Passiva e Resistida;

III – Posicionamentos/ tipos e técnicas  
Decúbito Dorsal e semidorsal  
Decúbito ventral e semiventral  
Decúbito lateral  
Decúbito Fowler

IV - Transferências  
Equipamentos  
Mobilidade no leito  
Transferência da pessoa dependente:  
- Transferência da cama para a cadeira/cadeira para a cama;  
- Transferência da maca para cama;  
- Corrigir posicionamento na cadeira.



ANO LETIVO – 2019/2020

TÉCNICO SUPERIOR PROFISSIONAL EM GERONTOLOGIA E CUIDADOS DE LONGA DURAÇÃO

DESCRITOR DA UNIDADE CURRICULAR: AUTO CUIDADO, MOBILIZAÇÕES E TRANSFERÊNCIAS.

V - Treino de marcha:

Tipos de marcha, uso de próteses, canadianas, com bengala, pirâmide e andarilho.

**Descriptive syllabus:**

I - Hygiene and Comfort Care

Hand Hygiene

The bath in bed

The bath in the bathtub

Oral hygiene

How to change the bed clothes of the patient lying down

Prevention of pressure ulcers

II – Mobility

Changes in mobility / consequences of immobility / Functional Assessment of the Elderly Person:

-Physical and Postural Exam

-Scales / Evaluation Instrument (MIF)

Notions of Active / Passive/ Resistive mobilization;

III - Type and technical positioning

Supine and semi-supine decubitus

Ventral and semi-ventral decubitus

Lateral and semi-lateral

Fowler's Decubitation

IV - Transfers

Equipments

Mobility in bed

Transfer of dependent person:

Transfer from bed to chair / chair to bed;

Transfer from litter to bed;

Correct chair positioning.

V - Ambulation training

Types of walking with prothesis, canadians, pyramids and walkers.

**Bibliografia principal/Principal Bibliography:**

*Segundo a norma americana APA – American Psychological Association:*

1. POTTER, Patricia A.; PERRY, Anne Griffin (2006). Fundamentos de enfermagem: conceitos e procedimentos. 5ª ed. Loures : Lusociência, ISBN 972-8930-24-0
2. Fernandes, Tiago Lazzaretti, Pedrinelli, André, & Hernandez, Arnaldo José (2011). Lesão muscular: fisiopatologia, diagnóstico, tratamento e apresentação clínica. Revista Brasileira de Ortopedia, 46(3), 247-255. Retrieved September 23, 2012, from: <http://www.scielo.br/pdf/rbort/v46n3/a03v46n3.pdf>
3. HANSON, Shirley May Harmon (2005). Enfermagem de cuidados de saúde à família: teoria, prática e investigação / Shirley May Harmon Hanson; trad. Isabel Ligeiro; rev. Ana Paula Neves, Maria Emília Brito. - 2ªed. - Loures :Lusociência, XIX, 497 p.: il. ; 29 cm. - Tit. orig.: Family health care nursing: theory, practice and research ISBN 972-8383-83-5
4. Alexandre, N. M., & Rogante, M. M. (2000). Movimentação e transferência de pacientes: aspectos posturais e ergonômicos. Rev. Esc. Enf. US, 165-173, from: <http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v34n2/v34n2a06>



ANO LETIVO – 2019/2020

**TÉCNICO SUPERIOR PROFISSIONAL EM GERONTOLOGIA E CUIDADOS DE LONGA DURAÇÃO**

**DESCRITOR DA UNIDADE CURRICULAR: AUTO CUIDADO, MOBILIZAÇÕES E TRANSFERÊNCIAS.**

5. Rocha, A. J., Miranda, M. J., & Andrade, M. J. (2006). A bordagem terapêutica das úlceras por pressão: intervenções baseadas nas evidências. *Acta Médica Portuguesa*, 19: 29-38. From: <https://actamedicaportuguesa.com/revista/index.php/amp/article/viewFile/908/581>
6. Timmerman, R. A. (2007). A Mobility Protocol for critically ill adults. *Dimensions of critical care nursing*, 175-179. From: <https://pdfs.semanticscholar.org/d8d7/1d1483405d8c6329781333f826f8e8ddfad6.pdf>
7. ABRIC, Max; DOTTE, Paul – Gestos e Ativação para pessoas idosas: ergomotricidade e cuidado gerontológico. Loures: Lusociência, 2002.313 p ISBN 972-8383-38-X
8. PORTUGAL. Ministério da Saúde. Direção Geral da Saúde - Como prevenir as quedas: recomendado aos prestadores de cuidados informais. Lisboa: DGS.2000. Guias para as Pessoas Idosas.4. ISSN 0872-2455
9. PORTUGAL. Ministério da Saúde. Direção Geral da Saúde – Prevenção dos acidentes domésticos com Pessoas Idosas. Lisboa: DGS, [2006]. Acessível em [www.dgs.pt](http://www.dgs.pt).
10. PORTUGAL. Ministério da Saúde. Direção-Geral da Saúde (2004) - Programa Nacional para a Saúde das Pessoas Idosas 2004-2010. Lisboa: DGS.
11. PORTUGAL. Ministério da Saúde. Direção-Geral da Saúde. Divisão de Doenças Genéticas, Crónicas e Geriátricas (2006) - Programa nacional para a saúde das pessoas idosas. Lisboa: DGS. ISBN 972-675-155-1
12. SQUIRE, Anne- Saúde e bem-estar para pessoas idosas: fundamentos básicos para a prática. Loures: Lusociência, 2005. 430 p. ISBN 972-8383 – 87– 8.

CÓPIA NÃO OFICIAL