



## CURSO DE SOCORRISMO COMPLEMENTAR

Tempos didáticos → 15

Avaliação → 3 horas

Unidade didáctica → 90'

Relação docente/discente – 1/12-16

### 1ª UNIDADE

#### PREVENÇÃO, ALERTA, SOCORRO

1. Os acidentes → causa importante de morte

- a. Rodoviários
- b. Trabalho
- c. Domésticos

2. A saúde pública

3. Como evitar os acidentes e as doenças transmissíveis (PREVENÇÃO)

4. Como pedir socorro (ALERTA)

- a. O número europeu de socorro → **112**
- b. INEM/CODU (**SIEM**)
- c. Outros APC
- d. Rede Hospitalar de Urgência

5. Como Socorrer as vítimas (SOCORRO)

- a. Qualidades do socorrista
- b. Plano de acção
  - 1) Medidas de protecção
  - 2) Exame da vítima
  - 3) Socorros à vítima
    - Essenciais
    - Secundários
  - 4) Evacuação

## **2ª UNIDADE**

### **EXAME SISTEMATIZADO DO INCIDENTE/ACIDENTE/VÍTIMA**

- 1. O local**
- 2. Os agentes agressores**
- 3. A vítima**
  - a) Exame essencial
    - Avaliação do grau de consciência
    - Avaliação da actividade ventilatória
    - Avaliação da actividade cárdio-circulatória
  - b) Exame secundário
    - 1) A face
      - Pupilas
      - Coloração
      - Temperatura/humidade
      - Orifícios naturais
    - 2) Resto do corpo
      - Deformações
      - Coloração
      - Temperatura/humidade
      - Orifícios naturais
    - 3) Interrogatório
      - Vítima
      - Observadores/acompanhante

## **3ª UNIDADE**

### **ASFIXIA**

- 1. A respiração celular**
- 2. ABC**
  - a. LVA**
    - 1) Limpeza
    - 2) Posição da cabeça
    - 3) Pancadas intercostais
    - 4) Heimlich
  - b. VA**
    - 1) Boca-nariz
    - 2) Boca-boca
    - 3) Boca-nariz/boca
  - c. CCE**
    - 1) 1 Socorrista
    - 2) 2 Socorristas

## **4ª UNIDADE**

ASFIXIA  
TÉCNICAS

## **5ª UNIDADE**

CHOQUE

1. Informação fisiopatológica básica
2. Causas
3. Sinais e sintomas
4. Socorro
  - a) Eliminação das causas
  - b) Atenuação
  - c) Transporte

## **6ª UNIDADE**

FERIDAS

1. A pele
2. Tipologia
  - a) Superficiais
  - b) Profundas
  - c) Complicadas
3. Cuidados a observar
  - a) Corpos estranhos
  - b) Limpeza
  - c) Protecção
    - Cobertura da mão
    - Cobertura do cotovelo
    - Cobertura do ombro
    - Cobertura do pé
    - Cobertura do joelho
    - Cobertura da anca
    - Cobertura oclusiva
    - Cobertura em cruzado de cabeça
    - Cobertura do tórax
    - Cobertura do abdómen
    - Cobertura compressiva da mão

## **7ª UNIDADE**

### **QUEIMADURAS**

- 1. Lesões provocadas pelo calor**
  - a. Tipologia**
    - 1) Quanto à superfície
    - 2) Quanto à área
    - 3) Quanto à profundidade
  - b. Insolação**
  - c. Golpe de calor**
- 2. Lesões provocadas pelo frio**
- 3. Lesões provocadas por agentes químicos**
- 4. Lesões provocadas por radiações e agentes NRBQ**

## **8ª UNIDADE**

### **HEMORRAGIAS**

- 1. O sangue e a circulação**
- 2. Noção de hemorragia**
  - a. Tipologia**
    - 1) Quanto à origem
    - 2) Quanto à característica
  - b. Socorro**
    - 1) Geral
    - 2) CMD
    - 3) CMI

## **9ª UNIDADE**

### **ENVENENAMENTOS**

- 1. Noção de veneno e de tóxico**
- 2. Tipologia**
  - a) Quanto ao tempo
  - b) Quanto à via
  - c) Quanto à origem
- 3. Sinais e sintomas**
- 4. Actuação**
  - a) Geral
  - b) Específica

## **10ª UNIDADE**

### **FRACTURAS**

1. O esqueleto
2. Tipologia
  - a) Quanto à origem
  - b) Quanto ao traço
  - c) Quanto ao foco
3. Sinais e sintomas
4. Socorro
5. Material de imobilização
6. Imobilizações
  - a) Clavícula
  - b) Braço
  - c) Antebraço
  - d) Mão
  - e) Membro inferior completo
  - f) Perna e pé

## **11ª UNIDADE**

### **FRACTURAS**

Práticas

## **12ª UNIDADE**

### **TRAUMATISMOS**

1. Noção de traumatismo e de politraumatismo
  - a) Traumatismo do crânio
  - b) Traumatismo da face
  - c) Traumatismo do tórax
  - d) Traumatismo do abdómen
  - e) Fractura da bacia
  - f) Fractura de coluna
  - g) Síndrome de esmagamento

## **13ª UNIDADE**

### **OUTRAS SITUAÇÕES DE EMERGÊNCIA MÉDICA**

1. Epilepsia
2. Histeria
3. AVC
4. Hipo/Hiperglicemia
5. Dor precordial

## 14ª UNIDADE

### LEVANTAMENTOS E TRANSPORTES

1. Princípios gerais
  - a) Quanto à vítima/lesão
  - b) Quanto aos socorristas/local
  - c) Quanto ao método
  
2. Levantamento de ponte
  - a) Por 3
  - b) Por 4
  - c) Por 5
  - d) Por 6
  
3. Levantamentos de colher
  - a) Por 4
  - b) Por 6
  
4. Chave de Rautek
  
5. Transporte improvisando uma maca

## 15ª UNIDADE

### REVISÕES GERAIS/EXERCÍCIO FINAL

#### REQUISITOS:

- 1 Quadro branco ou ardósia
- 4 Marcadores não permanentes ou pau de giz de cores
- 2 Lonas de protecção
- 32 Ligaduras triangulares
- 4 Ligaduras de pano 10x10
- 1 Conjunto de talas de madeira (2 grandes + 4 médias + 6 pequenas)
- 1 Colar de imobilização cervical (M ou L)
- 1 Manequim PCR (Adulto)
- 1 Manequim PCR (Bebé ou Júnior)
- 1 Pocket Mask
- 1 Life Kea
- 1 Maca, Plano Duro, Maca de *Scoop*, Maca *Coquille*, CIE
- 3 Cobertores
- 1 Projector Multimédia ou Retroprojector
- 1 Écran na ausência de parede branca

#### Associação Portuguesa de Instrutores de Socorrismo

Rua Ferreira de Castro, Nº 43 – Mercês

2635-361 RIO DE MOURO

fone:919796916/965741427

email: [geral@apis.pt](mailto:geral@apis.pt)

[cursos@apis.pt](mailto:cursos@apis.pt)

site: [www.apis.pt](http://www.apis.pt)