

# REFERENCIAL DE FORMAÇÃO DE DUPLA CERTIFICAÇÃO



EM VIGOR



Nível de Qualificação: **2**

## Área de Educação e Formação

## 762 . Trabalho Social e Orientação

### Código e Designação da qualificação

**762190 - Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade**

### Modalidades de Educação e Formação

**Cursos de Educação e Formação**

### Total de pontos de crédito

**161,00  
(inclui 10 pontos de crédito da Formação em Contexto de Trabalho)**

### Publicação e atualizações

Publicado no Despacho n.º13456/2008, de 14 de Maio, que aprova a versão inicial do Catálogo Nacional de Qualificações.

1ª Atualização publicada no Boletim e Trabalho do Emprego (BTE) N.º 21 de 08 de junho de 2015 com entrada em vigor a 08 de setembro de 2015.

2ª Atualização publicada no Boletim e Trabalho do Emprego (BTE) N.º 42 de 15 de novembro de 2020 com entrada em vigor a 15 de novembro de 2020.

### Observações

## 1. Organização do Referencial de Formação

**1.1 Condição de acesso: Com o 6º ano de escolaridade, 7º ou frequência do 8º ano. Com capitalizações de 1/3 da totalidade das unidades que constituem o plano curricular do 3.º ciclo do ensino básico recorrente**

T2 - Formação Sociocultural (798 horas)			
Código	Disciplina	Horas	Programa
DACEF001S02	Língua Portuguesa	192	<input type="checkbox"/>
DACEF002S02	Língua Estrangeira Alemão	192	<input type="checkbox"/>
DACEF003S22	Língua Estrangeira Espanhol	192	<input type="checkbox"/>
DACEF004S22	Língua Estrangeira Francês	192	<input type="checkbox"/>
DACEF005S12	Língua Estrangeira Inglês	192	<input type="checkbox"/>
DACEF006S02	Tecnologias de Informação e Comunicação	96	<input type="checkbox"/>
DACEF007S02	Cidadania e Mundo Atual	192	<input type="checkbox"/>
DACEF009S02	Higiene, Saúde e Segurança no Trabalho	30	<input type="checkbox"/>
DACEF010S02	Educação Física	96	<input type="checkbox"/>
DACEF0A1S02	Português Língua Não Materna (PLNM) - Nível Iniciação/A1		<input type="checkbox"/>
DACEF0A2S02	Português Língua Não Materna (PLNM) - Nível Iniciação/A2		<input type="checkbox"/>
DACEF0B1S02	Português Língua Não Materna (PLNM) - Nível Intermédio/B1		<input type="checkbox"/>
DACEFPL1S02	Língua Gestual Portuguesa (PL1)		<input type="checkbox"/>
DACEFPL2S02	Português Língua Segunda (PL2) para Alunos Surdos		<input type="checkbox"/>

T2 - Formação Científica (333 horas)			
Código	Disciplina	Horas	Programa
DACEF024C02	Matemática Aplicada	210	<input type="checkbox"/>
DACEF026C02	Psicologia	123	<input type="checkbox"/>

**1.2 Condição de acesso: Com o 8º ano de escolaridade ou frequência, sem aprovação, do 9º ano de escolaridade. Com capitalizações de 2/3 da totalidade das unidades que constituem o plano curricular do 3.º ciclo do ensino básico recorrente**

T3 - Formação Sociocultural (192 horas)			
Código	Disciplina	Horas	Programa
DACEF001S03	Língua Portuguesa	45	<input type="checkbox"/>
DACEF002S23	Língua Estrangeira Alemão	45	<input type="checkbox"/>
DACEF003S13	Língua Estrangeira Espanhol	45	<input type="checkbox"/>
DACEF004S23	Língua Estrangeira Francês	45	<input type="checkbox"/>
DACEF005S23	Língua Estrangeira Inglês	45	<input type="checkbox"/>
DACEF006S03	Tecnologias de Informação e Comunicação	21	<input type="checkbox"/>
DACEF007S03	Cidadania e Mundo Atual	21	<input type="checkbox"/>
DACEF009S03	Higiene, Saúde e Segurança no Trabalho	30	<input type="checkbox"/>
DACEF010S03	Educação Física	30	<input type="checkbox"/>
DACEF0A1S03	Português Língua Não Materna (PLNM) - Nível Iniciação/A1		<input type="checkbox"/>
DACEF0A2S03	Português Língua Não Materna (PLNM) - Nível Iniciação/A2		<input type="checkbox"/>
DACEF0B1S03	Português Língua Não Materna (PLNM) - Nível Intermédio/B1		<input type="checkbox"/>
DACEFPL1S03	Língua Gestual Portuguesa (PL1)		<input type="checkbox"/>
DACEFPL2S03	Português Língua Segunda (PL2) para Alunos Surdos		<input type="checkbox"/>

T3 - Formação Científica (66 horas)			
Código	Disciplina	Horas	Programa
DACEF024C03	Matemática Aplicada	45	<input type="checkbox"/>
DACEF026C03	Psicologia	21	<input type="checkbox"/>

### 1.3 Condição de acesso: Titulares do 9º ano de escolaridade, ou com frequência do nível secundário com uma ou mais retenções, sem o concluir

T4 - Formação Sociocultural (192 horas)			
Código	Disciplina	Horas	Programa
DACEF002S14	Língua Estrangeira Alemão	45	<input type="checkbox"/>
DACEF003S14	Língua Estrangeira Espanhol	45	<input type="checkbox"/>
DACEF004S14	Língua Estrangeira Francês	45	<input type="checkbox"/>
DACEF005S14	Língua Estrangeira Inglês	45	<input type="checkbox"/>
DACEF006S04	Tecnologias de Informação e Comunicação	21	<input type="checkbox"/>
DACEF008S04	Cidadania e Sociedade	21	<input type="checkbox"/>
DACEF009S04	Higiene, Saúde e Segurança no Trabalho	30	<input type="checkbox"/>
DACEF010S04	Educação Física	30	<input type="checkbox"/>
DACEF025S04	Português	45	<input type="checkbox"/>
DACEF0A1S04	Português Língua Não Materna (PLNM) - Nível Iniciação/A1		<input type="checkbox"/>
DACEF0A2S04	Português Língua Não Materna (PLNM) - Nível Iniciação/A2		<input type="checkbox"/>
DACEF0B1S04	Português Língua Não Materna (PLNM) - Nível Intermédio/B1		<input type="checkbox"/>
DACEFPL1S04	Língua Gestual Portuguesa (PL1)		<input type="checkbox"/>
DACEFPL2S04	Português Língua Segunda (PL2) para Alunos Surdos		<input type="checkbox"/>

T4 - Formação Científica (90 horas)			
Código	Disciplina	Horas	Programa
DACEF013C04	Biologia	45	<input type="checkbox"/>
DACEF026C04	Psicologia	45	<input type="checkbox"/>

**Total de Pontos de Crédito da Formação de Base: 50**

**Formação Tecnológica**

<b>Código <sup>1</sup></b>	<b>N.º</b>	<b>UFCD OBRIGATÓRIAS</b>	<b>Horas</b>	<b>Pontos de crédito</b>
3516	1	Instituições de apoio familiar e à comunidade	50	4,50
8851	2	Tipologia dos utentes e/ou clientes na prestação de cuidados pessoais e à comunidade	50	4,50
8852	3	Prática profissional na prestação de cuidados pessoais em contexto domiciliário, hospitalar e institucional	50	4,50
8853	4	Prestação de cuidados humanos básicos - higiene e apresentação pessoal	50	4,50
8854	5	Prestação de cuidados humanos básicos - alimentação	25	2,25
6571	6	Técnicas de posicionamento, mobilização, transferência e transporte	50	4,50
3520	7	Higienização de espaços e equipamentos	50	4,50
3523	8	Lavandaria e tratamento de roupa	50	4,50
3299	9	Cozinha - organização e funcionamento	50	4,50
3525	10	Dietética e confeção dos alimentos	50	4,50
0404	11	Organização pessoal e gestão do tempo	25	2,25
0349	12	Ambiente, Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho - conceitos básicos	25	2,25
3564	13	Primeiros socorros	25	2,25
7225	14	Estado de saúde - abordagem geral em contexto domiciliário	25	2,25
0350	15	Comunicação interpessoal - comunicação assertiva	50	4,50
3532	16	Acompanhamento personalizado no Apoio à Comunidade	50	4,50
3533	17	Receção e acompanhamento no apoio à comunidade	50	4,50
3534	18	Animação e lazer	50	4,50
3539	19	Deontologia e ética profissional no apoio à comunidade	25	2,25

### Formação Tecnológica

Código <sup>1</sup>	N.º	UFCD OBRIGATÓRIAS	Horas	Pontos de crédito
7210	20	Prevenção e controlo na infeção na prestação de cuidados pessoais e à comunidade	50	4,50
7214	21	Abordagem biológica, psicológica, social e cognitiva do envelhecimento	50	4,50

**Total da carga horária e de pontos de crédito do referencial:**

**900**

**81,00**

Tipologia	Formação em Contexto de Trabalho	Horas	Pontos de crédito
T1 T2 T3 T4	O estágio em contexto de trabalho visa a aquisição e o desenvolvimento de competências técnicas, relacionais e organizacionais relevantes para a qualificação profissional a adquirir.	210	10

<sup>1</sup> Os códigos assinalados a laranja correspondem a UFCD comuns a dois ou mais referenciais, ou seja, transferíveis entre referenciais de formação.

## 2. Desenvolvimento das Unidades de Formação de Curta Duração (UFCD)

### 2.1. Formação Tecnológica

3516

**Instituições de apoio familiar e à comunidade**

50 horas

**Objetivos**

1. Inventariar os recursos materiais disponíveis numa determinada Instituição.
2. Caracterizar os diferentes tipos de Instituições.
3. Relacionar-se com cada elemento da Instituição.

### Conteúdos

1. Recursos físicos e materiais
  - 1.1. Espaço físico de trabalho e respetivos suportes
  - 1.2. Recursos básicos de uma Instituição
    - 1.2.1. Instalações sanitárias
    - 1.2.2. Instalações para cuidados de saúde
    - 1.2.3. Instalações de preparação e/ou confeção de refeições
    - 1.2.4. Secção de economato
2. Tipos de Instituições
  - 2.1. Tipos de Instituições
    - 2.1.1. Finalidades
    - 2.1.2. Objectivos
    - 2.1.3. Critérios de funcionamento
  - 2.2. Características gerais das várias Instituições
    - 2.2.1. Lares de 3.ª idade
    - 2.2.2. Centros de dia
    - 2.2.3. Centros de saúde
  - 2.3. Problemas e dificuldades mais frequentes
    - 2.3.1. Horários de funcionamento
    - 2.3.2. Plano básico de atividades e/ou funcionamento
    - 2.3.3. Características socioprofissionais
    - 2.3.4. Práticas religiosas
  - 2.4. Organigrama de uma Instituição
  - 2.5. Relações inter-Instituições
  - 2.6. Necessidades gerais e específicas dos clientes/utilizadores
3. O profissional na sua relação com a Instituição
  - 3.1. Regras de urbanidade na relação com terceiros
  - 3.2. Regras de urbanidade específicas segundo
    - 3.2.1. A idade
    - 3.2.2. O sexo
    - 3.2.3. A situação profissional dos membros da Instituição
  - 3.3. Regras de urbanidade segundo as circunstâncias
    - 3.3.1. Zonas de espaço público
    - 3.3.2. Zonas de espaço privado
  - 3.4. Relações profissionais e relações familiares
  - 3.5. Meios de comunicação interpessoais
  - 3.6. Noções de hierarquia profissional

8851	<b>Tipologia dos utentes e/ou clientes na prestação de cuidados pessoais e à comunidade</b>	50 horas
<b>Objetivos</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificar e caracterizar os diferentes tipos de utentes e/ou clientes, no âmbito da prestação de cuidados pessoais e à comunidade.</li> <li>2. Reconhecer e diferenciar os vários graus de dependência.</li> </ol>	

## Conteúdos

1. Psicologia do desenvolvimento
  - 1.1. Fases do processo de desenvolvimento humano (Ciclo vital)
    - 1.1.1. Caraterísticas da Infância
    - 1.1.2. Caraterísticas da Juventude
    - 1.1.3. Caraterísticas da Maturidade
    - 1.1.4. Caraterísticas da Velhice
2. Utente e/ou cliente portador de deficiência
  - 2.1. Deficiência física e/ou motora
    - 2.1.1. Tipos de deficiência física e/ou motora
    - 2.1.2. Caraterísticas
  - 2.2. Deficiência intelectual
    - 2.2.1. Tipos de deficiência intelectual
    - 2.2.2. Caraterísticas
3. Utente e/ou cliente portador de doença degenerativa
  - 3.1. Tipos de doença degenerativa
  - 3.2. Caraterísticas
4. Velhice
  - 4.1. Atitudes mitos e estereótipos
  - 4.2. Processo de envelhecimento
  - 4.3. Representações sociais da morte
5. Graus de dependência
  - 5.1. Dependente
  - 5.2. Semi-dependente
  - 5.3. Independente

8852	<b>Prática profissional na prestação de cuidados pessoais em contexto domiciliário, hospitalar e institucional</b>	50 horas
<b>Objetivos</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Reconhecer o papel do assistente familiar e de apoio à comunidade no desenvolvimento das suas atividades.</li> <li>2. Diferenciar as diversas práticas profissionais de acordo com o contexto.</li> </ol>	

## Conteúdos

1. Papel do Assistente familiar e de apoio à comunidade
  - 1.1. Perfil
  - 1.2. Competências
  - 1.3. Habilidades
  - 1.4. Regras de apresentação e higiene pessoal
  - 1.5. Fardamento



- 1.6. Protocolo e etiqueta (referências europeias)
2. Práticas em contexto domiciliário (serviços de apoio social)
  - 2.1. Limpeza e higienização de espaços e equipamentos
  - 2.2. Prestação de cuidados básicos de saúde
  - 2.3. Preparação e confeção de alimentos
  - 2.4. Administração da terapêutica
  - 2.5. Acompanhamento aos utentes e/ou clientes
    - 2.5.1. Consultas médicas
    - 2.5.2. Serviços públicos
    - 2.5.3. Atividades lúdicas
3. Práticas em contexto hospitalar
  - 3.1. Limpeza e higienização de espaços e equipamentos
  - 3.2. Auxiliar a prestação de cuidados básicos de saúde
  - 3.3. Auxiliar a toma das refeições
  - 3.4. Apoio logístico e administrativo
4. Práticas em contexto institucional (lares e centros de dia)
  - 4.1. Limpeza e higienização de espaços
  - 4.2. Prestação de cuidados básicos de saúde
  - 4.3. Auxiliar a toma das refeições
  - 4.4. Acompanhamento aos utentes e/ou clientes
    - 4.4.1. Consultas médicas
    - 4.4.2. Serviços públicos
    - 4.4.3. Atividades lúdicas
    - 4.4.4. Apoio logístico e administrativo

8853	<b>Prestação de cuidados humanos básicos - higiene e apresentação pessoal</b>	50 horas
<b>Objetivos</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Aplicar técnicas de prestação de cuidados de higiene e conforto.</li> <li>2. Efetuar a separação, recolha e transporte de resíduos decorrentes da prestação de cuidados de higiene e conforto e da higienização dos espaços.</li> <li>3. Aplicar as técnicas de comunicação, de acordo com o tipo de interlocutor.</li> </ol>	

## Conteúdos

1. Higiene básica
2. Privacidade e integridade do utente/cliente
  - 2.1. Regras e práticas
  - 2.2. Comunicação
3. Produtos de higiene, hidratação e conforto
4. Cuidados de segurança, manutenção e higiene de materiais, equipamentos e utensílios utilizados
5. Técnicas do banho
6. Cuidados de higiene e conforto
  - 6.1. Higiene oral

- 6.2. Higiene pés e mãos
- 6.3. Higiene facial
- 6.4. Higiene capilar
- 6.5. Hidratação corporal
- 7. Técnicas de vestir e despir
- 8. Ajudas técnicas de apoio
- 9. Higienização dos espaços
- 10. Técnicas para fazer a cama
- 11. Recolha, separação e transporte de resíduos
  - 11.1. Equipamentos de proteção individual
  - 11.2. Técnicas de recolha
  - 11.3. Técnicas de separação
  - 11.4. Técnicas de transporte
- 12. Ocorrências e anomalias no apoio à prestação de cuidados
- 13. Procedimentos de registo e reporte

<b>8854</b>	<b>Prestação de cuidados humanos básicos - alimentação</b>	<b>25 horas</b>
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Aplicar técnicas de prestação de cuidados de alimentação.</li> <li>2. Efetuar a eliminação de resíduos alimentares.</li> <li>3. Aplicar as técnicas de comunicação, de acordo com o tipo de interlocutor.</li> </ul>	

## Conteúdos

- 1. Composição e valor nutricional dos alimentos
- 2. Necessidades nutricionais nas diferentes fases da vida
- 3. Regras alimentares
  - 3.1. Diversidade dos alimentos
  - 3.2. Diversidade das refeições (alimentos a privilegiar e a evitar)
  - 3.3. Nº de refeições, horários e intervalos
  - 3.4. Quantidades
- 4. Técnicas de comunicação
- 5. Alimentação
- 6. Dietas terapêuticas
- 7. Suplementos alimentares
- 8. Hidratação (plano de ingestão de líquidos)
- 9. Confeção de refeições ligeiras
  - 9.1. Tipologia das refeições
  - 9.2. Técnicas de preparação
  - 9.3. Técnicas de manipulação e conservação (matérias-primas e alimentos frescos e confeccionados)
  - 9.4. Técnicas de acondicionamento
- 10. Cuidados de higiene alimentar

- 10.1. Preparação dos tabuleiros de refeição
- 11. Cuidados de higiene (antes e após as refeições)
  - 11.1. Posicionamentos para a toma das refeições
- 12. Ingestão de alimentos e bebidas
  - 12.1. Controlo de riscos
  - 12.2. Sinais de alerta (engasgamento)
- 13. Alterações no padrão alimentar
- 14. Eliminação de resíduos alimentares
- 15. Ocorrências e anomalias no apoio à prestação de cuidados
- 16. Procedimentos de registo e reporte

6571

**Técnicas de posicionamento, mobilização, transferência e transporte**

50 horas

## Objetivos

1. Identificar a terminologia e os conceitos associados aos diferentes tipos de posicionamentos.
2. Identificar os diversos tipos de ajudas técnicas e funcionalidade das mesmas.
3. Identificar os diferentes tipos de transferência e princípios associados.
4. Explicar que as tarefas que se integram no âmbito de intervenção do/a Técnico/a Auxiliar de Saúde terão de ser sempre executadas com orientação e supervisão de um Profissional de saúde.
5. Identificar as tarefas que têm de ser executadas sob supervisão direta do Profissional de saúde e aquelas que podem ser executadas sozinho.
6. Aplicar técnicas de posicionamento, mobilização, transferência e transporte utilizando diferentes ajudas técnicas, tendo em conta as orientações do profissional de saúde a capacidade do indivíduo e os princípios de ergonomia e riscos associados.
7. Explicar a importância de demonstrar compreensão, paciência e sensibilidade na aplicação adequada de técnicas de posicionamento, mobilização, transferência e transporte.
8. Explicar a importância de agir em função da capacidade de autonomia do utente, e de valorizar pequenos progressos.
9. Explicar a importância de manter autocontrolo em situações críticas e de limite.
10. Explicar a importância de se atualizar e adaptar a novos produtos, materiais, equipamentos e tecnologias no âmbito das suas atividades.
11. Explicar o dever de agir em função das orientações do profissional de saúde.
12. Explicar o impacto das suas ações na interação e bem-estar emocional de terceiros.
13. Explicar a importância da sua atividade para o trabalho de equipa multidisciplinar.
14. Explicar a importância de assumir uma atitude pró-ativa na melhoria contínua da qualidade, no âmbito da sua ação profissional.
15. Explicar a importância de cumprir as normas de segurança, higiene e saúde no trabalho assim como preservar a sua apresentação pessoal.
16. Explicar a importância de agir de acordo com normas e/ou procedimentos definidos no âmbito das suas atividades.
17. Explicar a importância de adequar a sua ação profissional a diferentes públicos e culturas.
18. Explicar a importância de adequar a sua ação profissional a diferentes contextos institucionais no âmbito dos cuidados de saúde.
19. Explicar a importância de prever e antecipar riscos na aplicação adequada de técnicas nos posicionamentos, mobilização, transferência e transporte.
20. Explicar a importância de demonstrar segurança durante a execução das suas tarefas.
21. Explicar a importância da concentração na aplicação adequada de técnicas de nos posicionamentos, mobilização, transferência e transporte.
22. Explicar a importância de desenvolver as suas atividades promovendo a humanização do serviço.
23. Explicar a importância de desenvolver uma capacidade de alerta que permita sinalizar situações ou contextos que exijam intervenção.

## Conteúdos

1. A consequência da imobilidade nos sistemas orgânicos
2. Técnicas de mobilização
  - 2.1. Os Aspectos gerais a ter em conta na mobilização
  - 2.2. As Ajudas técnicas
3. Técnicas de transferência
  - 3.1. Os princípios a aplicarem nas transferências

- 3.2. Tipos de transferência**
  - 3.2.1.** A transferência da cama para a cadeira
  - 3.2.2.** A transferência da cama para a maca
- 3.3.** A transferência do utente com sistemas de soros, drenagens, tubagens ou outros dispositivos
- 3.4.** A transferência de utentes com alterações comportamentais: agitadas ou imobilizadas
- 3.5.** As ajudas técnicas de apoio na transferência e suas funções
  - 3.5.1.** Guindaste
  - 3.5.2.** Tábua de transferência
  - 3.5.3.** Transferes
- 4.** Transporte na cama, maca e cadeira de rodas
- 5. Os Posicionamentos**
  - 5.1.** Conceito
  - 5.2.** Princípios básicos
  - 5.3.** Tipos de posicionamentos
    - 5.3.1.** Decúbito dorsal
    - 5.3.2.** Decúbito ventral
    - 5.3.3.** Decúbito lateral direito
    - 5.3.4.** Decúbito lateral esquerdo
    - 5.3.5.** Decúbito semi-ventral direito
    - 5.3.6.** Decúbito semi-ventral esquerdo
    - 5.3.7.** Decúbito semi-dorsal direito
    - 5.3.8.** Decúbito semi-dorsal esquerdo
  - 5.4.** Técnicas associadas a cada tipo de posicionamento
  - 5.5.** A importância dos posicionamentos na prevenção das úlceras
- 6.** A ergonomia e a sua aplicação na área dos posicionamentos
  - 6.1.** Risco ocupacional para o/a Técnico/a Auxiliar de Saúde na manipulação de cargas
  - 6.2.** Os princípios ergonómicos a respeitarem pelos executantes como medidas preventivas de lesão
- 7.** Ajudas técnicas de apoio à mobilização e marcha e suas funções
  - 7.1.** Andarilho
  - 7.2.** Canadianas
  - 7.3.** Bengalas e pirâmides
  - 7.4.** Muletas axilares
  - 7.5.** Cadeira de rodas
- 8.** Tarefas que em relação a esta temática se encontram no âmbito de intervenção do/a Técnico/a Auxiliar de Saúde
  - 8.1.** Tarefas que, sob orientação de um Profissional de saúde, tem de executar sob sua supervisão directa
  - 8.2.** Tarefas que, sob orientação e supervisão de um Profissional de saúde, pode executar sozinho/a

<b>3520</b>	<b>Higienização de espaços e equipamentos</b>	<b>50 horas</b>
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>1.</b> Aplicar as técnicas básicas de higienização de materiais e utensílios.</li> <li><b>2.</b> Organizar o serviço de higienização dos espaços, em contexto institucional e no domicílio.</li> <li><b>3.</b> Utilizar os principais tipos de equipamentos de higienização.</li> </ul>	

## Conteúdos

1. Higienização - materiais e utensílios
  - 1.1. Conceitos básicos de química de materiais
  - 1.2. Produtos básicos de limpeza
  - 1.3. Utensílios básicos de higienização
  - 1.4. Utilizaçãodos utensílios e produtos de limpeza
2. Higienização de espaços
  - 2.1. Regras de organização do serviço de higienização
  - 2.2. Técnicas específicasde higienização
    - 2.2.1. Revestimentos
    - 2.2.2. Móveis
    - 2.2.3. Tecidos
  - 2.3. Higienização
    - 2.3.1. Centros de cuidados humanos/similares
    - 2.3.2. Lares
    - 2.3.3. Centros de dia
    - 2.3.4. Domicílio
  - 2.4. Higienização de espaços específicos
    - 2.4.1. Salasde convívio
    - 2.4.2. Quartos
    - 2.4.3. Unidades de saúde
    - 2.4.4. Refeitórios
3. Equipamentos de higienização
  - 3.1. Livros de instruções e ficha técnica dos equipamentos
  - 3.2. Regras básicas de manutenção e limpeza de equipamento e utensílios
  - 3.3. Ficha de arranjos

<b>3523</b>	<b>Lavandaria e tratamento de roupa</b>	<b>50 horas</b>
<b>Objetivos</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Aplicar os princípios gerais da lavagem da roupa.</li> <li>2. Caracterizar os fatores que intervêm na limpeza têxtil.</li> <li>3. Organizar o serviço de lavandaria e rouparia.</li> <li>4. Efectuar pequenos arranjos de costura.</li> </ol>	

## Conteúdos

1. Lavandaria
  - 1.1. Lavagem manual e lavagem mecânica
  - 1.2. Tipos de máquinas

- 1.2.1. Máquina delavar
- 1.2.2. Máquina de secar
- 1.3. Princípios e processos básicos de lavagem de roupa
- 2. Limpeza têxtil
  - 2.1. Principais fibras têxteis
  - 2.2. Métodos de identificação de nódoas
  - 2.3. Regras gerais de eliminação de nódoas
  - 2.4. Produtos de lavagem
    - 2.4.1. Detergentes naturais
    - 2.4.2. Detergentes sintéticos
  - 2.5. O processo de limpeza a seco
  - 2.6. Técnicas adequadas ao tratamento da roupa de tinturaria
  - 2.7. Processo de lavagem de roupa de doentes
  - 2.8. Etiquetas e símbolos internacionais de conservação têxtil
- 3. Serviço de lavandaria e rouparia
  - 3.1. Trabalhos diários e trabalhos periódicos
  - 3.2. Técnicas de passar a ferro em função das peças de roupa
  - 3.3. Dobragem e arrumação da roupa
- 4. Arranjos de costura
  - 4.1. Técnicas básicas de costura
  - 4.2. Equipamento de costura
    - 4.2.1. Máquinas
    - 4.2.2. Utensílios
  - 4.3. Aplicações da costura à mão

3299	Cozinha - organização e funcionamento	50 horas
<b>Objetivos</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificar a organização e as regras de funcionamento da cozinha.</li> <li>2. Identificar os equipamentos e utensílios de cozinha adequados às diferentes técnicas de preparação e confeção dos produtos alimentares.</li> <li>3. Efetuar o aprovisionamento dos produtos alimentares, assegurando o estado de conservação dos mesmos.</li> <li>4. Identificar os procedimentos inerentes à produção na cozinha.</li> <li>5. Reconhecer a importância do cumprimento das normas de higiene e segurança.</li> </ol>	

## Conteúdos

- 1. Organização e funcionamento da cozinha
  - 1.1. Tipologia de serviços
  - 1.2. Legislação reguladora da comercialização de produtos alimentares
  - 1.3. Instalações
  - 1.4. Equipamentos
  - 1.5. Utensílios

- 1.6. Indumentária
- 1.7. Brigada de cozinha
- 1.8. Circuitos
- 1.9. Organização e articulação com o serviço de restaurante
- 1.10. Terminologia
- 2. Tecnologia dos equipamentos e utensílios de cozinha
  - 2.1. Características
  - 2.2. Funções
  - 2.3. Higienização, manutenção e conservação
- 3. Aprovisionamento dos produtos alimentares
  - 3.1. Planos de produção, cartas, ementas, receitas, fichas técnicas, tabelas de capitação e de desperdício
  - 3.2. Formulários de encomenda
  - 3.3. Formulário de entrega
  - 3.4. Registo de receção, conferência e verificação de qualidade
  - 3.5. Não conformidades e reclamações
  - 3.6. Regras de acondicionamento, armazenamento e conservação das matérias-primas perecíveis e não perecíveis
  - 3.7. Controlo de stocks
- 4. Procedimentos de organização da cozinha
  - 4.1. Processo e suporte documental
  - 4.2. Planeamento da produção
  - 4.3. Disposição dos meios físicos
  - 4.4. Organização do trabalho
  - 4.5. Interface entre serviços
  - 4.6. Previsão dos meios necessários
  - 4.7. Limpeza da secção
- 5. Normas de higiene e segurança

3525	<b>Dietética e confeção dos alimentos</b>	50 horas
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Descrever as necessidades alimentares do organismo.</li> <li>2. Cuidar da dieta segundo o grupo etário.</li> <li>3. Reconhecer os princípios gerais da confeção de alimentos.</li> </ul>	

## Conteúdos

- 1. Necessidades alimentares do organismo
  - 1.1. Necessidades alimentares do organismo
  - 1.2. Nutrientes energéticos e não energéticos
  - 1.3. Grupos alimentares
  - 1.4. Nova roda de alimentos
  - 1.5. Elaboração de planos nutricionais
  - 1.6. Requisitos nutricionais e ingestões recomendadas



2. Dieta e grupo etário
  - 2.1. Nutrição segundo a idade
    - 2.1.1. Idosos
    - 2.1.2. Adultos
3. Princípios gerais da confeção
  - 3.1. Noções de dietética
  - 3.2. Princípios gerais da confeção de alimentos
  - 3.3. Controlo das condições de preparação e distribuição de alimentos
  - 3.4. Nutrição em situações especiais
    - 3.4.1. Desidratação
    - 3.4.2. Carência proteica ou vitamínica
    - 3.4.3. Desnutrição
    - 3.4.4. Imobilização
    - 3.4.5. Infecção
    - 3.4.6. Estados terminais
  - 3.5. Nutrição em determinadas doenças
    - 3.5.1. Úlceras gástricas e duodenais
    - 3.5.2. Insuficiências biliares
    - 3.5.3. Insuficiência cardíaca e hipertensão
    - 3.5.4. Diabetes
    - 3.5.5. Obesidade

0404

### Organização pessoal e gestão do tempo

25 horas

#### Objetivos

1. Aplicar as técnicas de organização pessoal e gestão do tempo com vista a otimizar o planeamento das atividades e o cumprimento dos objetivos.

### Conteúdos

1. Técnicas para inventariação das atividades desenvolvidas
2. Técnicas para análise das atividades desenvolvidas e sua priorização
3. Identificação do potencial de melhoria de cada uma das atividades
4. Regras básicas de organização pessoal
5. Regras fundamentais da gestão do tempo
6. Desenvolvimento de planos de ação de melhoria de desempenho utilizando as regras básicas de gestão do tempo e de organização pessoal

0349

### Ambiente, Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho - conceitos básicos

25 horas

**Objetivos**

1. Identificar os principais problemas ambientais.
2. Promover a aplicação de boas práticas para o meio ambiente.
3. Explicar os conceitos relacionados com a segurança, higiene e saúde no trabalho.
4. Reconhecer a importância da segurança, higiene e saúde no trabalho.
5. Identificar as obrigações do empregador e do trabalhador de acordo com a legislação em vigor.
6. Identificar os principais riscos presentes no local de trabalho e na atividade profissional e aplicar as medidas de prevenção e proteção adequadas.
7. Reconhecer a sinalização de segurança e saúde
8. Explicar a importância dos equipamentos de proteção coletiva e de proteção individual.

## Conteúdos

### 1. AMBIENTE

#### 1.1. Principais problemas ambientais da atualidade

#### 1.2. Resíduos

##### 1.2.1. Definição

##### 1.2.2. Produção de resíduos

#### 1.3. Gestão de resíduos

##### 1.3.1. Entidades gestoras de fluxos específicos de resíduos

##### 1.3.2. Estratégias de atuação

##### 1.3.3. Boas práticas para o meio ambiente

### 2. SEGURANÇA, HIGIENE E SAÚDE NO TRABALHO

#### 2.1. CONCEITOS BÁSICOS RELACIONADOS COM A SHST

##### 2.1.1. Trabalho, saúde, segurança no trabalho, higiene no trabalho, saúde no trabalho, medicina no trabalho, ergonomia, psicossociologia do trabalho, acidente de trabalho, doença profissional, perigo, risco profissional, avaliação de riscos e prevenção

#### 2.2. ENQUADRAMENTO LEGISLATIVO NACIONAL DA SHST

##### 2.2.1. Obrigações gerais do empregador e do trabalhador

#### 2.3. ACIDENTES DE TRABALHO

##### 2.3.1. Conceito de acidente de trabalho

##### 2.3.2. Causas dos acidentes de trabalho

##### 2.3.3. Consequências dos acidentes de trabalho

##### 2.3.4. Custos diretos e indiretos dos acidentes de trabalho

#### 2.4. DOENÇAS PROFISSIONAIS

##### 2.4.1. Conceito

##### 2.4.2. Principais doenças profissionais

#### 2.5. PRINCIPAIS RISCOS PROFISSIONAIS

##### 2.5.1. Riscos biológicos

##### 2.5.2. Agentes biológicos

##### 2.5.3. Vias de entrada no organismo

##### 2.5.4. Medidas de prevenção e proteção

##### 2.5.5. Riscos Físicos (conceito, efeitos sobre a saúde, medidas de prevenção e proteção)

##### 2.5.6. Ambiente térmico

##### 2.5.7. Iluminação

- 2.5.8.** Radiações (ionizantes e não ionizantes)
- 2.5.9.** Ruído
- 2.5.10.** Vibrações
- 2.5.11.** Riscos químicos
  - 2.5.11.1.** Produtos químicos perigosos
  - 2.5.11.2.** Classificação dos agentes químicos quanto à sua forma
  - 2.5.11.3.** Vias de exposição
  - 2.5.11.4.** Efeitos na saúde
  - 2.5.11.5.** Classificação, rotulagem e armazenagem
  - 2.5.11.6.** Medidas de prevenção e proteção
- 2.5.12.** Riscos de incêndio ou explosão
  - 2.5.12.1.** O fogo como reação química
    - 2.5.12.1.1.** Fenomenologia da combustão
    - 2.5.12.1.2.** Principais fontes de energia de ativação
    - 2.5.12.1.3.** Classes de Fogos
    - 2.5.12.1.4.** Métodos de extinção
  - 2.5.12.2.** Meios de primeira intervenção - extintores
    - 2.5.12.2.1.** Classificação dos Extintores
    - 2.5.12.2.2.** Escolha do agente extintor
- 2.5.13.** Riscos elétricos
  - 2.5.13.1.** Riscos de contacto com a corrente elétrica: contatos diretos e indiretos
  - 2.5.13.2.** Efeitos da corrente elétrica sobre o corpo humano
  - 2.5.13.3.** Medidas de prevenção e proteção
- 2.5.14.** Riscos mecânicos
  - 2.5.14.1.** Trabalho com máquinas e equipamentos
  - 2.5.14.2.** Movimentação mecânica de cargas
- 2.5.15.** Riscos ergonómicos
  - 2.5.15.1.** Movimentação manual de cargas
- 2.5.16.** Riscos psicossociais
- 2.6.** SINALIZAÇÃO DE SEGURANÇA E SAÚDE
  - 2.6.1.** Conceito
  - 2.6.2.** Tipos de sinalização
- 2.7.** EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO COLETIVA E DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL
  - 2.7.1.** Principais tipos de proteção coletiva e de proteção individual

3564

**Primeiros socorros**

25 horas

**Objetivos**

- 1.** Identificar os diferentes tipos de acidentes.
- 2.** Reconhecer o serviço nacional de proteção civil.
- 3.** Reconhecer a importância da prevenção de acidentes e de doenças profissionais.

## Conteúdos

1. Tipos de acidente
  - 1.1. Comportamento perante o sinistrado
    - 1.1.1. Prevenção do agravamento do acidente
      - 1.1.1.1. Alerta dos serviços de socorro público
      - 1.1.1.2. Exame do sinistrado
      - 1.1.1.3. Socorros de urgência
      - 1.1.1.4. Primeiros socorros e conselhos de prevenção nos diferentes casos de dificuldade respiratória
    - 1.1.2. Dificuldades respiratórias – descrição
      - 1.1.2.1. Socorros de urgência
      - 1.1.2.2. Reanimação cardio-respiratória
  - 1.2. Feridas, fraturas, acidentes respiratórios, acidentes digestivos, acidentes pelos agentes físicos, envelhecimento
  - 1.3. Acidentes inerentes à profissão
    - 1.3.1. Queimadura
      - 1.3.1.1. Por corrente eléctrica
      - 1.3.1.2. Hemorragia externa por ferimento (corte)
    - 1.3.2. Comportamento a seguir
    - 1.3.3. Esterilização dos instrumentos
    - 1.3.4. Prevenção dos acidentes de trabalho, supressão de risco, proteção coletiva, proteção individual, sinalização
2. Serviço Nacional de Proteção Civil
  - 2.1. Socorrismo e realidade
3. A profissão confrontada com a doença
  - 3.1. Prevenção de acidentes e doenças profissionais
    - 3.1.1. Higiene do profissional
    - 3.1.2. Higiene do meio ambiente
  - 3.2. Revisão de atuação em diferentes casos
    - 3.2.1. Revisão dos efeitos tardios em certos acidentes

<b>7225</b>	<b>Estado de saúde - abordagem geral em contexto domiciliário</b>	<b>25 horas</b>
<b>Objetivos</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Reconhecer o âmbito de atuação do técnico familiar e de apoio à comunidade.</li> <li>2. Apoiar o indivíduo na toma de medicação.</li> <li>3. Identificar alterações do estado de saúde do indivíduo/pessoa.</li> <li>4. Aplicar procedimentos em casos de alteração do estado de saúde do indivíduo.</li> <li>5. Efetuar o registo e transmitir ocorrências.</li> </ol>	

## Conteúdos

1. Âmbito de atuação do técnico familiar e de apoio à comunidade
2. Procedimentos e cuidados no apoio à toma de medicação
  - 2.1. Precauções sobre o uso de medicamentos
  - 2.2. Cuidados no armazenamento e administração (verificação do estado de validade; cuidados no

armazenamento; outros)

**2.3.** Procedimentos de registo das tomas

**3.** Técnicas de deteção de alterações do estado de saúde

**3.1.** Observação dos sinais vitais

**3.2.** Questionamento acerca de sinais ou sintomas de alerta

**3.3.** Vigilância da toma de medicação e outros cuidados de saúde

**4.** Regras de atuação em situações de alteração do estado de saúde

**4.1.** Forma de atuação

**4.2.** Rede de contactos

**4.3.** Procedimentos para registo das ocorrências

0350

**Comunicação interpessoal - comunicação assertiva**

50 horas

**Objetivos**

1. Identificar e caracterizar os elementos intervenientes no processo de comunicação e os diferentes perfis comunicacionais.
2. Desenvolver a comunicação assertiva.
3. Identificar e transpor as barreiras que surgem nas diferentes fases do processo de comunicação.
4. Realizar os diversos tipos de processamento interno da informação.
5. Aplicar os diferentes tipos de perguntas no processo de comunicação.

**Conteúdos**

**1.** Processo de comunicação e perfis comunicacionais

**1.1.** Função e importância dos elementos que intervêm no processo de comunicação

**1.1.1.** Emissor/Receptor

**1.1.2.** Canal

**1.1.3.** Mensagem/código

**1.1.4.** Contexto

**1.1.5.** Feedback

**1.2.** Diferentes perfis comunicacionais

**1.2.1.** Passivo

**1.2.2.** Agressivo

**1.2.3.** Manipulador

**1.2.4.** Assertivo

**2.** Comunicação assertiva

**2.1.** Particularidades e vantagens do perfil assertivo

**2.2.** Empatia

**2.2.1.** Escuta ativa/escuta dinâmica

**2.2.1.1.** Conceito de contexto comum

**2.2.2.** Semântica sintaxe

**2.2.3.** Paralinguagem

**3.** Barreiras à comunicação

- 3.1. Barreiras gerais do processo de comunicação
  - 3.1.1. Barreiras internas
    - 3.1.1.1. Objectivas
    - 3.1.1.2. Subjectivas
  - 3.1.2. Barreiras externas
- 3.2. Barreiras típicas das diferentes fases do processo de comunicação
  - 3.2.1. Construção, adaptação, envio, receção e interpretação da mensagem
- 4. Processamento interno da informação
  - 4.1. Processamento fonético
  - 4.2. Processamento literal (significado)
  - 4.3. Processamento reflexivo (empático)
- 5. Tipos de perguntas no processo de comunicação
  - 5.1. Abertas
  - 5.2. Fechadas
  - 5.3. Retorno
  - 5.4. Reformulação

3532	<b>Acompanhamento personalizado no Apoio à Comunidade</b>	50 horas
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Distinguir as características psicológicas mais comuns de cada grupo etário.</li> <li>2. Aplicar as técnicas de acompanhamento no acompanhamentos de utentes/clientes que exigem cuidados especiais.</li> <li>3. Distinguir as principais caraterísticas das relações interpessoais.</li> </ul>	

## Conteúdos

- 1. Características psicológicas dos grupos etários
  - 1.1. Psicologia do desenvolvimento. Etapas do crescimento
  - 1.2. Características psicológicas do idoso
  - 1.3. Relação cliente/utilizador e /família/comunidade
- 2. Acompanhamento de clientes/utilizadores
  - 2.1. Situações especiais
    - 2.1.1. Pessoas com deficiências físicas
    - 2.1.2. Pessoas com deficiências mentais
    - 2.1.3. Toxicodependentes
    - 2.1.4. Alcoólicos
  - 2.2. Situações particulares da vida
    - 2.2.1. Nascimento
    - 2.2.2. Morte
    - 2.2.3. Agravamento da situação clínica
  - 2.3. Acompanhamento no exterior
    - 2.3.1. Notário

- 2.3.2. Advogado
- 2.3.3. Instituições bancárias
- 2.3.4. Serviços públicos
- 2.4. Situações imprevisíveis
  - 2.4.1. Fogo
  - 2.4.2. Inundação
- 3. Relações interpessoais
  - 3.1. Relações familiares
    - 3.1.1. Famílianuclear
    - 3.1.2. Família extensa
  - 3.2. Relações de vizinhança e proximidade
  - 3.3. Relações socioprofissionais

3533	<b>Receção e acompanhamento no apoio à comunidade</b>	50 horas
<b>Objetivos</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Acolher e atender os utentes/clientes presencialmente.</li> <li>2. Atender e encaminhar chamadas telefónicas.</li> </ol>	

## Conteúdos

1. Acolhimento e atendimento
  - 1.1. Receção dos utentes/clientes
  - 1.2. Técnicas de acolhimento
  - 1.3. Técnicas de atendimento
  - 1.4. Gestão de reclamações
  - 1.5. Técnicas de acolhimento em vigor nalguns países da União Europeia
2. Atendimento telefónico
  - 2.1. Atendimento telefónico
  - 2.2. Receção e encaminhamento de chamadas
  - 2.3. Registo de mensagens
  - 2.4. Utilização de outros meios de comunicação

3534	<b>Animação e lazer</b>	50 horas
<b>Objetivos</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Aplicar técnicas de animação tendo em conta as necessidades e interesses do clientes/utilizadores.Colaborama organização e realização de atividades no exterior.</li> </ol>	

## Conteúdos

1. Técnicas de animação e lazer

- 1.1. Recursos da comunidade
- 1.2. A atividade lúdica
- 1.3. Técnicas de animação adequadas à especificidade de cada cliente/utilizador
- 1.4. Técnicas de animação segundo o grupo etário
- 1.5. Jogos de interior
- 1.6. Jogos de exterior
- 1.7. Atividade física
- 1.8. Meios de expressão
  - 1.8.1. Arteplástica
  - 1.8.2. Arte dramática
  - 1.8.3. Música
  - 1.8.4. Literatura
- 1.9. Meios audiovisuais
  - 1.9.1. Televisão
  - 1.9.2. Cinema
  - 1.9.3. Vídeo
- 1.10. Técnicas de observação
- 1.11. Entrevista
- 1.12. Trabalho de grupo
- 2. Atividades no exterior
  - 2.1. Excursões
  - 2.2. Colónias de férias
  - 2.3. Espectáculos
  - 2.4. Exposições

<b>3539</b>	<b>Deontologia e ética profissional no apoio à comunidade</b>	<b>25 horas</b>
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Reconhecer e aplicar os princípios fundamentais da deontologia e ética profissional, na função de acompanhamento de pessoas idosas.</li> <li>2. Reconhecer e respeitar os direitos da pessoa humana.</li> </ul>	

## Conteúdos

- 1. Princípios fundamentais
  - 1.1. Deontologia e ética profissional
  - 1.2. Actos lícitos e ilícitos
  - 1.3. Actos legítimos e ilegítimos
  - 1.4. Responsabilidade
  - 1.5. Segredo profissional
- 2. Direitos da pessoa humana
  - 2.1. Direitos da pessoa humana e da pessoa idosa em particular
  - 2.2. A vida e a morte



### 2.3. O Agente em Geriatria e a morte

<b>7210</b>	<b>Prevenção e controlo na infeção na prestação de cuidados pessoais e à comunidade</b>	<b>50 horas</b>
<b>Objetivos</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificar os conceitos e princípios fundamentais associados à prevenção e controlo de infeção na prestação de cuidados de higiene, conforto e eliminação.</li> <li>2. Identificar situações de risco potenciadoras da infeção associadas aos diferentes contextos de prestação de cuidados em contexto domiciliário e institucional.</li> <li>3. Identificar os principais dispositivos individuais e as medidas de precaução individual.</li> </ol>	

### Conteúdos

1. Princípios da prevenção e controlo da infeção, medidas e recomendações
  - 1.1. Conceitos de doença, infeção e doença infecciosa
  - 1.2. Enquadramento legal do controlo da infeção
2. Conceitos básicos associados à infeção:
  - 2.1. Epidemiologia da infeção - cadeia epidemiológica
    - 2.1.1. Microrganismos e patogenicidade
    - 2.1.2. Reservatórios ou fontes dos microrganismos
    - 2.1.3. Portas de entrada e de saída dos microrganismos
    - 2.1.4. Vias de transmissão
    - 2.1.5. Hospedeiro e sua susceptibilidade
    - 2.1.6. Resistências anti-microbianas
3. Situações de risco em contexto domiciliário e institucional
  - 3.1. Exposição a riscos biológicos
    - 3.1.1. Tuberculose
    - 3.1.2. Hepatite A, B e C
    - 3.1.3. HIV
  - 3.2. Manipulação de produtos biológicos
  - 3.3. Outras
4. Dispositivos individuais e medidas de precaução individual
  - 4.1. Equipamento de proteção individual (qual, quando e como usar)
  - 4.2. Higiene das mãos (conceito, técnicas, procedimentos)
  - 4.3. Uso adequado e seguro das barreiras protetoras
  - 4.4. Cuidados de higiene pessoal
  - 4.5. Vacinação
5. Fardamento

<b>7214</b>	<b>Abordagem biológica, psicológica, social e cognitiva do envelhecimento</b>	<b>50 horas</b>
-------------	---	-----------------

**Objetivos**

1. Identificar os conceitos e princípios fundamentais sobre o processo de envelhecimento.
2. Identificar problemas de saúde mais comuns no idoso e suas consequências.
3. Identificar alterações na autonomia e funcionalidade e seu impacto na qualidade de vida do idoso.
4. Identificar as redes sociais de apoio e os serviços de institucionalização.

**Conteúdos**

1. Principais alterações biológicas do envelhecimento
  - 1.1. Alterações estruturais
    - 1.1.1. Células e tecidos
    - 1.1.2. Composição global do corpo e peso corporal
    - 1.1.3. Músculos ossos e articulações
    - 1.1.4. Pele e tecidos subcutâneos
  - 1.2. Alterações funcionais
    - 1.2.1. Sistema cardiovascular
    - 1.2.2. Sistema respiratório
    - 1.2.3. Sistema renal e urinário
    - 1.2.4. Sistema gastrointestinal
    - 1.2.5. Sistema nervoso e sensorial
    - 1.2.6. Sistema endócrino e metabólico
    - 1.2.7. Sistema imunitário
    - 1.2.8. Ritmos biológicos e sono
  - 1.3. Implicações das alterações funcionais na prestação de cuidados pessoais
2. Problemas de saúde mais comuns no idoso
  - 2.1. Doenças cardiovasculares
  - 2.2. Diabetes
  - 2.3. Doenças reumáticas
  - 2.4. Perturbações mentais e comportamentais
  - 2.5. Alterações da visão
  - 2.6. Alterações cognitivas
  - 2.7. Outras
3. As principais perturbações mentais e comportamentais no idoso e suas consequências
  - 3.1. Perturbações mentais orgânicas (doença de Alzheimer, outras demências, depressão)
  - 3.2. Perturbações mentais e comportamentais devidos ao abuso de substância psicoativa
  - 3.3. Esquizofrenia, perturbações esquizotípicas e perturbações delirantes
  - 3.4. Perturbações do humor
  - 3.5. Síndromes comportamentais associadas a disfunções fisiológicas e a fatores físicos
4. Alterações na autonomia e funcionalidades e impacto na qualidade de vida do idoso
  - 4.1. Quedas
  - 4.2. Imobilidade
  - 4.3. Depressão
  - 4.4. Outras

- 5. Aspectos psicológicos do envelhecimento**
  - 5.1. Modificação das funções cognitivas**
  - 5.2. Os afetos e a sexualidade nos idosos**
  - 5.3. Envelhecimento emocional e suas características**
  - 5.4. Aspectos psicológicos de risco no idoso**
- 6. Aspectos sociais do envelhecimento**
  - 6.1. Evolução histórica do conceito de idoso**
  - 6.2. A perspetiva de outras culturas**
  - 6.3. A interpretação individual e social das várias fases do ciclo da vida**
  - 6.4. Atitudes, mitos e estereótipos associados à velhice**
- 7. Redes de apoio**
  - 7.1. As pessoas idosas e o meio ambiente**
  - 7.2. A diversidade do meio ambiente**
  - 7.3. A família e a comunidade**
- 8. As Instituições formais**
  - 8.1. Caracterização e natureza das Instituições formais**
  - 8.2. Institucionalização das pessoas de idade**
  - 8.3. A vida quotidiana nas Instituições**