

# A PELE: Noções gerais e cuidados a ter

25 horas

**Luís Gonçalves**

**FORMAÇÃO PRESENCIAL**

Mais informações e inscrições em:

[www.kairosport.pt](http://www.kairosport.pt)

## APRESENTAÇÃO

Quem trabalha diretamente com idosos reconhece a importância que a pele e a manutenção da sua integridade assume na qualidade de vida dos idosos, nomeadamente dos que se encontram mais limitados em termos de mobilidade.

Assim, é particularmente importante dotar todos os que cuidam e trabalham diretamente com idosos dos conhecimentos teóricos e práticos que lhes permitam atuar da melhor forma para contribuir para a preservação e cuidado da pele das pessoas de quem cuidam, promovendo a sua qualidade de vida.

## LOCAL E HORÁRIO

Realizada em regime misto:

<b>15 horas</b> em sessões presenciais ou online síncronas (plataforma zoom)	<b>10 horas</b> trabalho autónomo	<b>Total: 25 horas de formação</b>
--	-----------------------------------	------------------------------------

Local e horário a definir.

## DESTINATÁRIOS

- Técnicos em Lares de Idosos, IPSSs e outras estruturas de apoio a idosos;
- Cuidadores informais;
- Todas as pessoas interessadas na temática.

## CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

- A estrutura da pele: Derme, Epiderme, Anexos da pele;
- As funções da pele;
- O envelhecimento da pele: Alterações na estrutura da pele; Alterações na capacidade funcional da pele; Implicações para a prestação de cuidados de saúde o A higiene e conforto (gestão de fatores internos externos de conforto/desconforto);
- O vestuário: vestir e despir;
- Mobilizações e transferências;
- Alimentação e hidratação;
- A integridade cutânea e compromisso da integridade cutânea: As implicações para a saúde e qualidade de vida do indivíduo;
- Cuidados a ter para manutenção da integridade cutânea
  - Cuidados de higiene e conforto
  - Produtos de higiene e hidratação e a sua adequação aos diferentes tipos de pele

- Alimentação e hidratação: a importância de uma boa alimentação e hidratação
- A mobilidade e alternância de posicionamentos
- O vestuário: a utilização do vestuário adequado
- A manutenção de um ambiente seguro: redução de risco de queda e de acidentes
- A importância da gestão e controlo de doenças crónicas (diabetes, insuficiência vascular periférica)
- Fatores de risco para o aparecimento de feridas e úlceras
  - Quedas e acidentes
  - Imobilidade e pressão
  - Maus cuidados de higiene e hidratação da pele
  - Desidratação e desnutrição
- Feridas agudas e feridas crónicas: conceitos
- Úlceras de pressão: Conceito e fatores desencadeantes; Localização mais frequente; O papel do/a Técnico/a Auxiliar de Saúde na sua prevenção;
- A fisiologia da cicatrização: Fatores que interferem na cicatrização
- Alimentação
- Hidratação
- Mobilização
- Hábitos de vida
- A importância da manutenção da integridade dos pensos
- Tarefas que em relação a esta temática se encontram no âmbito de intervenção do/a Técnico/a Auxiliar de Saúde
  - Tarefas que, sob orientação de um profissional de saúde, tem de executar sob sua supervisão direta
  - Tarefas que, sob orientação e supervisão de um profissional de saúde, pode executar sozinho/a

## FORMADOR

### Luís Gonçalves

É formador desde 2004 e possui Certificado de Competências Pedagógicas vitalício.

Exerceu funções como formador na Santa Casa de Misericórdia de Almada (SCMA), em 2003 e 2004, certificando as profissionais da instituição nos cuidados de saúde.

Exerceu funções de formador no Centro do IEFP do Seixal desde 2006 a Fevereiro de 2018. Iniciou formação nos cursos de Geriatria, foi o fundador do Curso Técnico Auxiliar de Saúde, em 2010, ficando com responsabilidade técnica na área de Saúde e Cuidados de Saúde.

Como Enfermeiro no IEFP ficou com responsabilidade dos Primeiros Socorros e SBV de todos os cursos de formação, na modalidade de aprendizagem, com nível de formação do 9.º ao 12.º anos, na educação e formação de adultos.

Através da Formação consegue-se melhorar a resposta para atender as necessidades da população. Considera que a formação contribuiu para melhorar o seu desempenho profissional, pois acompanhar e formar os alunos permitiu-lhe conhecer melhor as suas necessidades específicas. Pensa que é uma área onde ainda há muito trabalho para fazer e melhorar a qualidade de vida da população.

**VALOR DA INSCRIÇÃO**

Entre 8 e 12 participantes	1500€
Entre 13 e 20 participantes	1800€

**CONTACTOS**

Bruno Alexandre Sousa

926 888 764

[geral@kairosport.pt](mailto:geral@kairosport.pt)