
Ano Letivo 2018-19

Unidade Curricular PREVENÇÃO, SEGURANÇA E EMERGÊNCIA

Cursos DESPORTO (1.º ciclo)

Unidade Orgânica Escola Superior de Educação e Comunicação

Código da Unidade Curricular 15381123

Área Científica CIÊNCIAS DA SAÚDE

Sigla

Línguas de Aprendizagem Português

Modalidade de ensino Presencial

Docente Responsável Jorge Luís Mendes Rosa

DOCENTE	TIPO DE AULA	TURMAS	TOTAL HORAS DE CONTACTO (*)
Jorge Luís Mendes Rosa	TP	TP1	30TP

* Para turmas lecionadas conjuntamente, apenas é contabilizada a carga horária de uma delas.

ANO	PERÍODO DE FUNCIONAMENTO*	HORAS DE CONTACTO	HORAS TOTAIS DE TRABALHO	ECTS
2º	S1	30TP	84	3

* A-Anual;S-Semestral;Q-Quadrimestral;T-Trimestral

Precedências

Sem precedências

Conhecimentos Prévios recomendados

Competências básicas ao nível da Natação e conhecimentos na área da Fisiologia do esforço

Objetivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências)

Conhecer os conceitos e procedimentos utilizados nas áreas da preven o, segurança e emergência e socorro de um acidentado nos meios terrestre e aquático.

Saber gerir conflitos e situa es de emergência.

Executar a es e procedimentos de primeiros socorros e de suporte básico de vida (SBV).

Realizar análises de risco inerentes a atividades a implementar.

Planear atividades seguras, realizando Planos Operacionais Normais e Planos de A o e Emergência, para atividades desportivas em ambiente natural e artificial, de explora o da natureza, náuticas, fitness, outras.

Conteúdos programáticos

1. Conceitos da área da prevenção, segurança e emergência. Planos de Prevenção, emergência e evacuação.
 2. Sistema Integrado de Emergência Médica (SIEM). Equipamentos de proteção individual. Exame da vítima. Exame primário e secundário.
 3. Cadeia de sobrevivência. Suporte básico de vida.
 4. Traumas, queimaduras, hemorragias, choque e doenças súbitas mais comuns. Protocolos e procedimentos de primeiros socorros.
 5. Técnicas de transporte e levantamento.
 6. Técnicas de prevenção e emergência aplicáveis no meio aquático.
 7. Identificação e análise de riscos e perigos.
 8. Elaboração de planos operacionais normais e planos de ação e emergência. Gestão de situações de acidente e emergência. Sistema de comunicação e triagem.
 9. Prevenção, análise e redução de fatores de risco associados às atividades físicas.
-

Metodologias de ensino (avaliação incluída)

As sessões serão organizadas de diferentes formas:
Sessões de exposição teórica com apoio de suportes convencionais e multimédia;
Trabalho individual e em grupo;
Vivências práticas de diferentes simulações no âmbito das atividades desportivas;
Encontro tutorial com pequenos grupos;
Análises, reflexões e debates.

Avaliação distribuída com exame final

1. Os alunos serão avaliados numa escala de 0 a 20 valores,
2. Instrumentos de avaliação: Teste escrito (50%) + Análise sumária/Portefólio (40%) + Participação nas aulas (10%)
3. A não realização de qualquer dos instrumentos de avaliação corresponde à classificação de zero valores nesse instrumento
4. Os alunos serão dispensados de exame final caso a média ponderada das avaliações seja igual ou superior a 9,5 valores
5. Os alunos com estatuto de trabalhador estudante serão avaliados pela realização de um Teste escrito (100%)

A avaliação, em exame, normal e de recurso, é composta por Teste escrito (100%)

Bibliografia principal

American Red Cross. (2012). *Lifeguarding Manual*. USA: Krames StayWell Strategic Partnerships Division

González Fernández, F., Palacios Aguilar, J., Barcala Furelos, R., Oleagordia Aguirre, A. (2008). *Primeros Auxilios y Socorrismo Acuático*. Madrid: Paraninfo

Horta, L. (2010). *Prevenção de lesões no desporto*. Lisboa: Texto Editores

Longmore, M., & Al (2014). *Manual Oxford de Medicina Clínica* (9ª edição). Lisboa: Euromédice

Pfeiffer, R., & Mangus, B. (2000). *Las Lesiones Deportivas*. Barcelona: Editorial Paidotribo

Ponce, P., & Teixeira, J. (2006). *Manual de Urgências e Emergências*. Lisboa: Lidel

Queensland Government, Department of Communities. (2011). *The Queensland Adventure Activity Standards*. Queensland Outdoor Recreation Federation

Schottke, D. (2007). *First Responder: Your First Response in Emergency Care*. (4th Edition). Massachusetts: Jones and Bartlett Publishers

Valente, M., & Catarino, R. (2012). *Manual SBV*. (1ª edição). Lisboa: INEM

Academic Year 2018-19

Course unit PREVENTION, SAFETY AND EMERGENCY

Courses SPORTS

Faculty / School Escola Superior de Educação e Comunicação

Main Scientific Area CIÊNCIAS DA SAÚDE

Acronym

Language of instruction Portuguese

Teaching/Learning modality Face-to-face learning

Coordinating teacher Jorge Luís Mendes Rosa

Teaching staff	Type	Classes	Hours (*)
Jorge Luís Mendes Rosa	TP	TP1	30TP

* For classes taught jointly, it is only accounted the workload of one.

Contact hours

T	TP	PL	TC	S	E	OT	O	Total
0	30	0	0	0	0	0	0	84

T - Theoretical; TP - Theoretical and practical ; PL - Practical and laboratorial; TC - Field Work; S - Seminar; E - Training; OT - Tutorial; O - Other

Pre-requisites

no pre-requisites

Prior knowledge and skills

Basic skills at the level of Swimming and knowledge in the area of exercise physiology.

The students intended learning outcomes (knowledge, skills and competences)

Understand the concepts and procedures used for prevention, safety, emergency and rescue via land or water. Learn how to manage conflicts and emergency situations.

Execute first aid actions and procedures and basic life support.

Analyze underlying risks of activities to be implemented.

Plan safe activities, creating Regular Operating Plans and Action and Emergency Plans for sporting activities in natural and artificial environments that promote nature, nautical activities, fitness or other.

Syllabus

1. Concepts in prevention, safety and emergency. Prevention, emergency and evacuation plans.
2. Integrated Emergency Medical System Personal protection equipment. Examination of the victim. Primary and secondary examination.
3. Chain of survival. Basic life support.
4. Trauma, burns, bleeding, shock and common sudden illnesses. First aid protocols and procedures.
5. Transport and lifting techniques.
6. Prevention and emergency techniques applicable to aquatic surroundings.
7. Identification and analysis of risks and dangers.
8. Creation of regular operating plans and action and emergency plans. Management of accident and emergency situations. Communication and triage system.
9. Prevention, analysis and reduction of risk factors associated with physical activities.

Teaching methodologies (including evaluation)

The sessions shall be organized in different ways:

Theory sessions supported by conventional and multimedia resources;
Individual or group work;
Practical experiences from various simulations in sporting activities;
Tutorials with small groups;
Analyses, discussions and debates.

Distributed evaluation with final exam

1. Students will be assessed on a scale of 0 to 20 values,
 2. Assessment instruments: Written test (50%) + Summary analysis / Portfolio (40%) + Class participation (10%)
 3. Failure to carry out any of the evaluation instruments corresponds to the classification of zero values in that instrument.
 4. Students will be excused from final examination if the weighted average of the assessments is equal to or higher than 9.5 values
 5. Student workers will be evaluated by performing a written test (100%)
 6. The exams consist of a written test (100%)
-

Main Bibliography

American Red Cross. (2012). *Lifeguarding Manual*. USA: Krames StayWell Strategic Partnerships Division

González Fernández, F., Palacios Aguilar, J., Barcala Furelos, R., Oleagordia Aguirre, A. (2008). *Primeros Auxilios y Socorrismo Acuático*. Madrid: Paraninfo

Horta, L. (2010). *Prevenção de lesões no desporto*. Lisboa: Texto Editores

Longmore, M., & Al (2014). *Manual Oxford de Medicina Clínica* (9ª edição). Lisboa: Euromédice

Pfeiffer, R., & Mangus, B. (2000). *Las Lesiones Deportivas*. Barcelona: Editorial Paidotribo

Ponce, P., & Teixeira, J. (2006). *Manual de Urgências e Emergências*. Lisboa: Lidel

Queensland Government, Department of Communities. (2011). *The Queensland Adventure Activity Standards*. Queensland Outdoor Recreation Federation

Schottke, D. (2007). *First Responder: Your First Response in Emergency Care*. (4th Edition). Massachusetts: Jones and Bartlett Publishers

Valente, M., & Catarino, R. (2012). *Manual SBV*. (1ª edição). Lisboa: INEM