English version at the end of this document

Ano Letivo	2020-21
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	Remoto
Docente Responsável	Joana Cristina Nogueira Serpa dos Santos

DOCENTE	TIPO DE AULA	TURMAS	TOTAL HORAS DE CONTACTO (*)

* 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	S2	30TP	84	3

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

Precedências

Sem precedências

Conhecimentos Prévios recomendados

Não existem conhecimentos prévios

Objetivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências)

- Desenvolver um conjunto de medidas e procedimentos técnicos, que permitem o suporte de vida à vítima, até à chegada dos meios de socorro, no sentido de não agravar as lesões existentes ou de não provocar novas lesões.
- Planear atividades físicas seguras, identificando eventuais situações, equipamentos e materiais que possam colocar em risco os praticantes;
- Listar os tipos de acidentes mais comuns;
- Caracterizar a vítima de um acidente;
- Aumentar a qualidade da segurança, da gestão do risco e do socorro em emergência pré-hospitalar;
- Identificar a gravidade da situação e acionar o sistema e os meios de emergência mais adequados.
- Conhecer e ser capaz de empregar o vocabulário técnico adequado;
- Motivar para formação paralela de acordo com as recomendações internacionais na área da reanimação cardiopulmonar (Suporte Básico de Vida) e emergência traumatológica.

Conteúdos programáticos

- SIEM;
- Conhecer os procedimentos a adotar na abordagem à vítima;
- Reconhecer as etapas do SBV;
- Identificar as etapas da desobstrução da VA;
- Controle de Hemorragias;
- Lesões da pele;

- Fraturas;
- Cadeia de prevenção do Afogamento e segurança aquática;
- Segurança da situação;
- Cinemática do trauma e mecanismo de lesão;
- Primeiro Socorro;
- Lesões desportivas do sistema locomotor, prevenção e intervenção;
- Avaliação de vítimas;
- Choque;
- Trauma da cabeça, coluna, das extremidades, queimaduras;
- Tipologia da Lesão: do ambiente, músculo-esqueléticas, agudas e crónicas;
- Preparação e gestão de situações de apoio e gestão de acidentes e emergências;
- Doença súbita mais comum relacionada com o esforço;
- Prevenção, análise e redução de fatores de risco associados às atividades físicas;
- Fatores de risco e equipamento de proteção desportiva;
- Planos de emergência e evacuação contra incêndios;

- Competências aquáticas e prevenção de afogamento em atividades de outdoor e aventura.

Metodologias de ensino (avaliação incluída)

Serão utilizados os métodos de ensino: expositivo (inicial por parte da docente), interrogativo (questionamento e descoberta guiada) e demonstrativo.

Av. Contínua

- frequência escrita (50% - 9,5 val min)
- trabalho (40% - 9,5 val min)
- Empenho ¿ 10%

Av. Final: são admitidos a exame os alunos que não realizarem todas as tarefas de avaliação contínua ou obtiverem classificação final inferior a 9,5 valores. O exame escrito visa a avaliação de todos os conteúdos da UC. O aluno é reprovado com classificação no exame final inferior a 9,5 valores.

Regimes especiais: os alunos abrangidos por legislação especial deverão contactar a docente na primeira semana do semestre a fim de definir um plano de trabalho ajustado.

Bibliografia principal

Almeida, J.L. (2013). *Gestão de Eventos Desportivos ¿ o controlo de multidões e os seus intervenientes na segurança dos Estádios* (Dissertação de mestrado). Faculdade de Motricidade Humana, Universidade de Lisboa, Portugal.

Horta, L. (2011). *Prevenção de lesões no desporto* . Lisboa, Portugal: Texto Editores - ISBN: 9789724742946.

INEM (2012a). Manual Técnico de Ambulância de Socorro e de Transporte, Abordagem à Vítima. ISBN: 978-989-8646-12-5.

INEM (2012b). Manual Técnico de Ambulância de Socorro, Emergências Médicas. ISBN: 978-989-8646-03-3.

INEM (2012c). Manual Técnico de Ambulância de Socorro, Emergência Trauma. ISBN: 978-989-8646-13-2.

INEM (2013). Manual Sistema Integrado de Emergência Médica.

INEM (2017). Manual de Suporte Básico de Vida, Adulto.

INEM (2017). Manual de Suporte Básico de Vida, Criança.

Academic Year	2020-21
Course unit	PREVENTION, SAFETY AND EMERGENCY
Courses	SPORTS
Faculty / School	SCHOOL OF EDUCATION AND COMMUNICATION
Main Scientific Area	
Acronym	
Language of instruction	Portuguese
Teaching/Learning modality	Tutorial
Coordinating teacher	Joana Cristina Nogueira Serpa dos Santos

Teaching staff	Type	Classes	Hours (*)

* 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

No prior knowledge required

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

- Develop a set of technical measures and procedures that allow life support to the victim, until the arrival of the rescue, in order not to aggravate existing injuries or to cause new injuries.
- Plan safe physical activities, identifying any situations, equipment and materials that may endanger practitioners;
- List the most common types of accidents;
- Characterize the victim of an accident;
- Increase the quality of safety, risk management and emergency prehospital relief;
- Identify the seriousness of the situation and trigger the most appropriate emergency system and means.
- Know and be able to employ the appropriate technical vocabulary;
- Motivate for parallel training in accordance with international recommendations in the area of cardiopulmonary resuscitation (Basic Life Support) and traumatic emergency.

Syllabus

- SIEM;
- Know the procedures to adopt in approaching the victim;
- Recognize the stages of SBV;
- Identify the steps of AV clearance;
- Bleeding Control;
- skin lesions;
- fractures;
- Drowning prevention chain and aquatic safety;
- security of the situation;
- Trauma kinematics and injury mechanism;
- First aid;
- Sports injuries of the locomotor system, prevention and intervention;
- victim assessment;
- shock;
- Trauma of the head, spine, extremities, burns;
- Injury typology: environmental, musculoskeletal, acute and chronic;

- Preparation and management of support situations and accident and emergency management;
- Most common sudden illness related to exertion;
- Prevention, analysis and reduction of risk factors associated with physical activities;
- Risk factors and sports protection equipment;
- Emergency plans and fire evacuation;
- Water skills and drowning prevention in outdoor and adventure activities.

Teaching methodologies (including evaluation)

Teaching methods will be used: expository (initial by the teacher), interrogative (questioning and guided discovery), active (execution and practice) and demonstrative.

Continuous evaluation:

- Written test (50% - 9,5 val min)
- Work (40% - 9,5 val min)
- Participation ¿ 10%

Final Assessment: Students who do not perform all continuous assessment tasks or obtain a final grade lower than 9.5 are admitted to the exam. The written exam aims to evaluate all the contents of the UC. The student fails the final exam grade below 9.5.

Special schemes: Students covered by special legislation should contact the teacher in the first week of the semester to define an adjusted work plan.

Main Bibliography

Almeida, J.L. (2013). *Gestão de Eventos Desportivos ¿ o controlo de multidões e os seus intervenientes na segurança dos Estádios* (Dissertação de mestrado). Faculdade de Motricidade Humana ¿ Universidade de Lisboa, Portugal.

Horta, L. (2011). *Prevenção de lesões no desporto* . Lisboa, Portugal: Texto Editores - ISBN: 9789724742946.

INEM (2012a). Manual Técnico de Ambulância de Socorro e de Transporte, Abordagem à Vítima. ISBN: 978-989-8646-12-5.

INEM (2012b). Manual Técnico de Ambulância de Socorro, Emergências Médicas. ISBN: 978-989-8646-03-3.

INEM (2012c). Manual Técnico de Ambulância de Socorro, Emergência Trauma. ISBN: 978-989-8646-13-2.

INEM (2013). Manual Sistema Integrado de Emergência Médica.

INEM (2017). Manual de Suporte Básico de Vida, Adulto.

INEM (2017). Manual de Suporte Básico de Vida, Criança.