
Ano Letivo 2023-24

Unidade Curricular PREVENÇÃO, SEGURANÇA E EMERGÊNCIA

Cursos DESPORTO (1.º ciclo)

Unidade Orgânica Escola Superior de Educação e Comunicação

Código da Unidade Curricular 15381186

Área Científica CIÊNCIAS DO DESPORTO

Sigla

Código CNAEF (3 dígitos) 813

**Contributo para os Objetivos de
Desenvolvimento Sustentável - 3
ODS (Indicar até 3 objetivos)**

Línguas de Aprendizagem Português

Modalidade de ensino

Presencial

Docente Responsável

Dalmo Roberto Lopes Machado

DOCENTE	TIPO DE AULA	TURMAS	TOTAL HORAS DE CONTACTO (*)
Pedro Celso Madeira Rafael	OT; T; TP	T1; TP1; OT1	10T; 35TP; 5OT

* 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
3º	S1	10T; 35TP; 5OT	140	5

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

Precedências

Sem precedências

Conhecimentos Prévios recomendados

Não são necessários conhecimentos prévios.

Objetivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências)

Desenvolver um conjunto de medidas e procedimentos técnicos, que permitem o suporte básico de vida à vítima, até a chegada dos meios de socorro, no sentido de não agravar as lesões existentes ou de não provocar novas lesões;

Dominar a técnicas de imobilização e transporte da vítima de acidente;

Conhecer principalmente, os procedimentos a se evitar ou que possam agravar as condições da vítima;

Planear atividades desportivas seguras, identificando eventuais emergências, equipamentos e materiais que possam colocar em risco os praticantes;

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;

Motivar para formação paralela de acordo com as recomendações internacionais na área da reanimação cardiopulmonar (Suporte Básico de Vida) e emergência traumatológica.

Conteúdos programáticos

1. SIEM: Sistema Integrado de Emergência Médica SIEM e as entidades envolvidas (PSP, a GNR, os Bombeiros, a Cruz Vermelha Portuguesa, o INEM e os Hospitais e Centros de Saúde)
2. Princípios gerais sobre primeiros socorros: reconhecimento e primeiros socorros das lesões fechadas e abertas; controlo das hemorragias; cuidados pré-hospitalares para evitar complicações; primeiros socorros nas condições extremas de temperatura
3. Primeiro socorro: queimados; traumas; afogamentos; hemorragias; lesões musculoesqueléticas; contusões; entorses; luxações; fraturas
4. Lesões mais frequentes no desporto: doença súbita mais comum relacionada com o esforço; lesões desportivas do sistema locomotor, prevenção e intervenção
5. Imobilizações, ligaduras e transportes de feridos
6. Suporte básico de vida (SBV): paragem cardiorrespiratória, ressuscitação cardiopulmonar
7. Planos de emergência e evacuação contra incêndios
8. Competências aquáticas e prevenção de afogamento em atividades de outdoor e aventura.

Metodologias de ensino (avaliação incluída)

Serão utilizados os métodos de ensino: expositivo (do docente), interrogativo (questionamento e descoberta guiada), demonstrativo e ativo (execução e prática)

Regime de Avaliação Contínua:

- Frequência escrita (**40%**)
- Trabalho de grupo - documento escrito com apresentação e defesa oral (**50%**)
- Pontualidade, assiduidade e empenho (**10%**)

Avaliação Final: são admitidos a exame final 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 o 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* [Master's thesis, FMH]. Repositório institucional da Universidade de Lisboa. <http://hdl.handle.net/10400.5/5665>

American Heart Association. (2000). *Guidelines 2000 for Cardiopulmonary Resuscitation Emergency Cardiac Care, International Consensus on Science*. Circulation, 102, 1-384.

Horta, L. (2011). *Prevenção de lesões no desporto*. Lisboa: 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 (2022). *Manual de Suporte Básico de Vida: Revisão da versão 4.0 (2ª Ed.) - 1ª Edição 2017*.

Academic Year 2023-24

Course unit PREVENTION, SAFETY AND EMERGENCY

Courses SPORTS (1st cycle)

Faculty / School SCHOOL OF EDUCATION AND COMMUNICATION

Main Scientific Area

Acronym

CNAEF code (3 digits) 813

Contribution to Sustainable Development Goals - SGD (Designate up to 3 objectives) 3

Language of instruction Portuguese

Teaching/Learning modality Presencial

Coordinating teacher Dalmo Roberto Lopes Machado

Teaching staff	Type	Classes	Hours (*)
Pedro Celso Madeira Rafael	OT; T; TP	T1; TP1; OT1	10T; 35TP; 5OT

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

Contact hours

T	TP	PL	TC	S	E	OT	O	Total
10	35	0	0	0	0	5	0	140

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;

Mastering techniques for immobilizing and transporting the accident victim;

Mainly know the procedures to avoid or that may aggravate the victim's conditions;

Plan safe physical activities, identifying possible emergencies, equipment, and materials that may endanger practitioners;

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;

Motivate parallel training in accordance with international recommendations in the area of cardiopulmonary resuscitation (Basic Life Support) and traumatological emergencies.

Syllabus

1. SIEM: Integrated Medical Emergency System SIEM and the entities involved (PSP, GNR, Fire Brigade, Portuguese Red Cross, INEM, and Hospitals and Health Centers);
 2. General principles of first aid: recognition and first aid of closed and open injuries; bleeding control; pre-hospital care to avoid complications; first aid in extreme temperature conditions;
 3. First aid: burns; traumas; drownings; hemorrhages; musculoskeletal injuries; bruises; sprains; dislocations; fractures.
 4. More frequent physical activity and sports injuries: sudden illness more commonly related to exertion; sports injuries of the locomotor system, prevention, and intervention.
 5. Immobilizations, bandages, and transport of the wounded.
 6. Basic life support (BLS): cardiorespiratory arrest cardiopulmonary resuscitation, know the procedures to be adopted in approaching the victim.
 7. Emergency plans and fire evacuation
 8. 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 assessment regime:

- Written test (**40%**)
- Group Work (written document with presentation and oral defense **50%**)
- Punctuality, attendance, and commitment (**10%**)

Final Assessment: Students who do not perform all continuous assessment tasks or obtain a final grade lower than 9.5 values 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

American Heart Association. (2000). *Guidelines 2000 for Cardiopulmonary Resuscitation Emergency Cardiac Care, International Consensus on Science*. Circulation, 102, 1-384.

Horta, L. (2011). *Prevenção de lesões no desporto*. 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 (2022). *Manual de Suporte Básico de Vida: Revisão da versão 4.0 (2ª Ed.) - 1ª Edição 2017*.