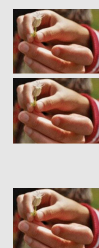


## REFERENCIAL DE FORMAÇÃO

EM VIGOR



<b>Área de Educação e Formação</b>	<b>762 . Trabalho Social e Orientação</b>
<b>Código e Designação do Referencial de Formação</b>	762191 - Agente em Geriatria
	<b>Nível de Qualificação do QNQ: 2</b> <b>Nível de Qualificação do QEQ: 2</b>
<b>Modalidades de Educação e Formação</b>	<b>Educação e Formação de Adultos</b> <b>Formação Modular</b>
<b>Total de pontos de crédito</b>	141,00
<b>Publicação e atualizações</b>	Publicado no Despacho n.º13456/2008, de 14 de Maio, que aprova a versão inicial do Catálogo Nacional de Qualificações.
<b>Observações</b>	

## 1. Perfil de Saída

---

### Descrição Geral

Prestar cuidados de apoio direto a idosos, no domicílio e em contexto institucional, nomeadamente, lares e centros de dia, zelando pelo seu bem-estar físico, psicológico e social, de acordo com as indicações da equipa técnica e os princípios deontológicos.

### Atividades Principais

- Preparar o serviço relativo aos cuidados a prestar, selecionando, organizando e preparando os materiais, os produtos e os equipamentos a utilizar.
- Prestar apoio a idosos, no domicílio ou em contexto institucional, relativamente a cuidados básicos de higiene, de conforto e de saúde, de acordo com o seu grau de dependência e as orientações da equipa técnica.
- Prestar apoio na alimentação dos idosos, de acordo com as orientações da equipa técnica.
- Prestar cuidados de higiene e arrumação do meio envolvente e da roupa dos idosos.
- Colaborar na prevenção da monotonia, do isolamento e da solidão dos idosos, no domicílio e em contexto institucional, de acordo com as orientações da equipa técnica.
- Articular com a equipa técnica, transmitindo a informação pertinente sobre os serviços prestados, referenciando, nomeadamente, situações anómalas respeitantes aos idosos.

## 2. Organização do Referencial de Formação

### Educação e Formação de Adultos (EFA)

Formação de Base	ÁREAS DE COMPETÊNCIAS - CHAVE	NÍVEL B1				NÍVEL B2						NÍVEL B3					
		A 25h	B 25h	C 25h	D 25h	A 25h	B 25h	C 25h	D 25h	LEA 25h	LEB 25h	A 50h	B 50h	C 50h	D 50h		
	Cidadania e Empregabilidade (CE)																
	Linguagem e Comunicação (LC)									LEA 25h	LEB 25h						
	Matemática para a Vida (MV)																
	Tecnologias da Informação e Comunicação (TIC)																

### Formação de Base

Áreas de Competências-Chave	Código	UFCD	Horas
Cidadania e Empregabilidade	CE_B1_A	Organização política dos estados democráticos	25
	CE_B1_B	Organização económica dos estados democráticos	25
	CE_B1_C	Educação/formação, profissão e trabalho/emprego	25
	CE_B1_D	Ambiente e saúde	25
	CE_B2_A	Organização política dos estados democráticos	25
	CE_B2_B	Organização económica dos estados democráticos	25
	CE_B2_C	Educação/formação, profissão e trabalho/emprego	25
	CE_B2_D	Ambiente e saúde	25
	CE_B3_A	Organização política dos estados democráticos	50
	CE_B3_B	Organização económica dos estados democráticos	50
	CE_B3_C	Educação/formação, profissão e trabalho/emprego	50
	CE_B3_D	Ambiente e saúde	50
	LC_B1_A	Interpretar e produzir enunciados orais de carácter lúdico e informativo-funcional	25
	LC_B1_B	Interpretar textos simples, de interesse para a vida quotidiana	25
	LC_B1_C	Produzir textos com finalidades informativo-funcionais	25
	LC_B1_D	Interpretar e produzir as principais linguagens não verbais utilizadas no quotidiano	25
	LC_B2_A	Interpretar e produzir enunciados orais adequados a diferentes contextos	25
	LC_B2_B	Interpretar textos de carácter informativo e reflexivo	25

### Linguagem e Comunicação

LC_B2_C	Produzir textos de acordo com técnicas e finalidades específicas	25
LC_B2_D	Interpretar e produzir linguagem não verbal adequada a finalidades variadas	25
LC_B2_LE_A	Compreender e usar expressões familiares e/ou quotidianas	25
LC_B2_LE_B	Compreender frases isoladas e expressões frequentes relacionadas com áreas de prioridade imediata; Comunicar em tarefas simples e em rotinas que exigem apenas uma troca de informações simples e direta sobre assuntos que lhe são familiares	25
LC_B3_A	Interpretar e produzir enunciados orais adequados a diferentes contextos, fundamentando opiniões	50
LC_B3_B	Interpretar textos de carácter informativo-reflexivo, argumentativo e literário	50
LC_B3_C	Produzir textos informativos, reflexivos e persuasivos	50
LC_B3_D	Interpretar e produzir linguagem não verbal adequada a contextos diversificados, de carácter restrito ou universal	50
LC_B3_LE_A	Compreender, quando a linguagem é clara e estandardizada, assuntos familiares e de seu interesse; Produzir um discurso simples e coerente sobre assuntos familiares e de seu interesse	50
LC_B3_LE_B	Compreender as ideias principais de textos relativamente complexos sobre assuntos concretos; Comunicar experiências e expor brevemente razões e justificações para uma opinião ou um projeto	50

### Matemática para a Vida

MV_B1_A	Interpretar, organizar, analisar e comunicar informação utilizando processos e procedimentos matemáticos	25
MV_B1_B	Usar a matemática para analisar e resolver problemas e situações problemáticas	25
MV_B1_C	Compreender e usar conexões matemáticas em contextos de vida	25
MV_B1_D	Raciocinar matematicamente de forma indutiva e de forma dedutiva	25
MV_B2_A	Interpretar, organizar, analisar e comunicar informação usando processos e procedimentos matemáticos	25
MV_B2_B	Usar a matemática para analisar e resolver problemas e situações problemáticas	25
MV_B2_C	Compreender e usar conexões matemáticas em contextos de vida	25
MV_B2_D	Raciocinar matematicamente de forma indutiva e de forma dedutiva	25
MV_B3_A	Interpretar, organizar, analisar e comunicar informação utilizando processos e procedimentos matemáticos	50
MV_B3_B	Usar a matemática para analisar e resolver problemas e situações problemáticas	50
MV_B3_C	Compreender e usar conexões matemáticas em contextos de vida	50
MV_B3_D	Raciocinar matematicamente de forma indutiva e de forma dedutiva	50

TIC_B1_A	Operar, em segurança, equipamento tecnológico diverso, usado no quotidiano	25
TIC_B1_B	Realizar operações básicas no computador	25
TIC_B1_C	Utilizar as funções básicas de um programa de processamento de texto	25

**Tecnologias de  
Informação e  
Comunicação**

TIC_B1_D	Usar a Internet para obter informação	25
TIC_B2_A	Operar, em segurança, equipamento tecnológico diverso	25
TIC_B2_B	Realizar, em segurança, operações várias no computador	25
TIC_B2_C	Utilizar um programa de processamento de texto	25
TIC_B2_D	Usar a Internet para obter e transmitir informação	25
TIC_B3_A	Operar, em segurança, equipamento tecnológico, designadamente o computador	50
TIC_B3_B	Utilizar uma aplicação de folhas de cálculo	50
TIC_B3_C	Utilizar um programa de processamento de texto e de apresentação de informação	50
TIC_B3_D	Usar a Internet para obter, transmitir e publicar informação	50

**Área de Carácter Transversal**  
**APRENDER COM AUTONOMIA**  
40 h

**Total de Pontos de Crédito da Formação de Base: 50,00**

**Formação Tecnológica**

Código	UFCD pré-definidas	Horas	Pontos de crédito
3536	1 Velhice - ciclo vital e aspetos sociais	50	4,50
3537	2 Quadro da psicologia evolutiva	50	4,50
3538	3 Saúde da pessoa idosa - cuidados básicos	25	2,25
3539	4 Deontologia e ética profissional no apoio à comunidade	25	2,25
3540	5 Animação - conceitos, princípios e técnicas	50	4,50
3541	6 Animação no domicílio e em Instituições - planificação de atividades	50	4,50
3542	7 Animação no domicílio e em Instituições - técnicas e atividades	50	4,50
3543	8 Psicologia da velhice	50	4,50
3544	9 Saúde da pessoa idosa - prevenção de problemas	50	4,50
3545	10 Higiene da pessoa idosa no domicílio	50	4,50
3546	11 Prevenção e primeiros socorros - geriatria	50	4,50
3547	12 Nutrição e dietética no domicílio	50	4,50
3548	13 Saúde - necessidades individuais em contexto institucional	50	4,50

3549	14	Higiene da pessoa idosa em lares e centros de dia	50	4,50
3550	15	Alimentação da pessoa idosa em lares e centros de dia	50	4,50
3551	16	Animação em lares e centros de dia	50	4,50
3552	17	Patologia e efeitos psicossociais decorrentes da hospitalização da pessoa idosa	25	2,25
3553	18	Saúde mental na 3. <sup>a</sup> idade	25	2,25
3554	19	Animação em Instituições de saúde	50	4,50
3555	20	Animação da pessoa idosa com doença mental	50	4,50
<b>Total da carga horária e de pontos de crédito da Formação Tecnológica:</b>			900	81

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

<sup>2</sup> A carga horária da formação tecnológica podem ser acrescidas 120 horas de formação prática em contexto de trabalho, à qual correspondem 10,00 pontos de crédito, sendo esta de carácter obrigatório para o adulto que não exerça atividade correspondente à saída profissional do curso frequentado ou uma atividade profissional numa área afim.

### 3. Desenvolvimento da Formação

---

#### 3.1. Formação de Base - Unidades de Competência

CE_B1_A	<b>Organização política dos estados democráticos</b>	<b>Carga horária</b> 25 horas
---------	--	----------------------------------

<b>Especificações</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participar ativamente num grupo.</li> <li>• Conhecer os valores e as regras de um grupo.</li> <li>• Ouvir os outros participantes num grupo.</li> <li>• Interagir com os outros (direitos, liberdades e garantias fundamentais).</li> <li>• Acordar/negociar objetivos.</li> <li>• Lidar com os órgãos da Administração.</li> </ul>	
-----------------------	--	--

---

CE_B1_B	<b>Organização económica dos estados democráticos</b>	<b>Carga horária</b> 25 horas
---------	---	----------------------------------

<b>Especificações</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Monitorar o desempenho profissional próprio.</li> <li>• Procurar ajuda.</li> <li>• Trabalhar em diversos contextos.</li> <li>• Prestar atenção aos promenores.</li> <li>• Conhecer direitos e deveres económicos.</li> <li>• Tomar decisões de consumo, em termos pessoais e familiares.</li> </ul>	
-----------------------	--	--

---

CE_B1_C	<b>Educação/formação, profissão e trabalho/emprego</b>	<b>Carga horária</b> 25 horas
---------	--	----------------------------------

<b>Especificações</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participar em atividades de formação contínua.</li> <li>• Conhecer legislação do trabalho, sindicatos e relações laborais.</li> <li>• Conhecer a estrutura de oportunidades do mercado de emprego.</li> <li>• Reconhece a importância dos meios de comunicação social.</li> <li>• Identificar inovações tecnológicas que afetam o exercício profissional.</li> <li>• Situar-se em relação à inserção ou reinserção no mundo do trabalho.</li> </ul>	
-----------------------	--	--

---

CE_B1_D	<b>Ambiente e saúde</b>	<b>Carga horária</b> 25 horas
---------	-------------------------	----------------------------------

<b>Especificações</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conhecer os principais problemas ambientais.</li> <li>• Conhecer-se a si próprio.</li> <li>• Trabalhar com pessoas de diferentes estatutos sociais.</li> <li>• Partilhar trabalho.</li> <li>• Conhecer regras básicas de higiene e segurança pessoal e no trabalho.</li> <li>• Recorrer a serviços de proteção e prevenção de acidentes.</li> </ul>	
-----------------------	--	--

---

CE_B2_A	<b>Organização política dos estados democráticos</b>	<b>Carga horária</b> 25 horas
---------	--	----------------------------------

<b>Especificações</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Expressar ideias e opiniões para os outros participantes num grupo.</li> <li>• Ser sensível às ideias e pontos de vista dos outros.</li> <li>• Definir métodos de trabalho em comum.</li> <li>• Conhecer o papel do Estado na proteção de direitos e liberdades.</li> </ul>
-----------------------	--

CE_B2_B	<b>Organização económica dos estados democráticos</b>	<b>Carga horária</b> 25 horas
---------	---	----------------------------------

<b>Especificações</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gerir o tempo.</li> <li>• Modificar tarefas.</li> <li>• Aceitar informação de retorno (<i>feedback</i>).</li> <li>• Trabalhar autonomamente.</li> <li>• Assumir responsabilidades.</li> <li>• Evidenciar capacidade de iniciativa.</li> </ul>
-----------------------	--

CE_B2_C	<b>Educação/formação, profissão e trabalho/emprego</b>	<b>Carga horária</b> 25 horas
---------	--	----------------------------------

<b>Especificações</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar-se com novas formas de aprendizagem.</li> <li>• Conhecer os incentivos à formação.</li> <li>• Desenvolver planos de carreira profissional.</li> <li>• Identificar possíveis conflitos de papéis sociais e de contexto de vida.</li> <li>• Reconhecer a importância das organizações sindicais e patronais.</li> </ul>
-----------------------	--

CE_B2_D	<b>Ambiente e saúde</b>	<b>Carga horária</b> 25 horas
---------	-------------------------	----------------------------------

<b>Especificações</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Assumir responsabilidade pessoal e social na preservação do ambiente.</li> <li>• Conhecer os pontos fortes e os pontos fracos pessoais.</li> <li>• Procurar situações mutuamente concordantes.</li> <li>• Demonstrar autocontrolo.</li> <li>• Identificar causas e consequências de acidentes.</li> <li>• Posicionar-se em relação a um “estilo de vida saudável”.</li> </ul>
-----------------------	--



CE\_B3\_A

**Organização política dos estados democráticos**

**Carga horária**  
50 horas

**Especificações**

- Transmitir conclusões.
- Liderar um grupo.
- Estabelecer compromissos.
- Reconhecer e respeitar a diversidade dos outros.
- Resolver interesses divergentes.

CE\_B3\_B

**Organização económica dos estados democráticos**

**Carga horária**  
50 horas

**Especificações**

- Ajustar o desempenho profissional a variações imprevistas.
- Assumir riscos controladamente e gerir recursos.
- Fornecer informação de retorno (*feedback*).
- Conhecer sistemas organizacionais e sociais.
- Identificar e sugerir novas formas de realizar as tarefas.
- Ter iniciativas e evidenciar capacidades de empreendimento.

CE\_B3\_C

**Educação/formação, profissão e trabalho/emprego**

**Carga horária**  
50 horas

**Especificações**

- Aprender a aprender.
- Constituir uma carreira de competências individual.
- Utilizar tecnologias de formação à distância.
- Posicionar-se face às relações entre deontologia e inovação tecnológica.
- Conhecer dispositivos e mecanismos de concertação social.

CE\_B3\_D

**Ambiente e saúde**

**Carga horária**  
50 horas

**Especificações**

- Ensinar os outros.
- Conduzir negociações.
- Gerir e negociar disputas.
- Tomar posição sobre a reintegração social das vítimas de acidentes.
- Relacionar meio ambiente e desenvolvimento socioeconómico.
- Conhecer o papel do Estado na promoção da saúde dos cidadãos.

- Competências de interpretação
- *Ouvir/Ver*
  - Compreensão de textos simples, breves e claros relacionados com aspetos da vida quotidiana e/ou com as áreas de interesse dos adultos.
  - Compreensão das ideias gerais de um texto em língua corrente sobre aspetos relativos aos tempos livres, bem como a temas atuais e assuntos do interesse pessoal e/ou profissional dos adultos, quando o discurso é claro, pausado e adequado ao seu nível linguístico.
  - Compreensão do conteúdo informativo simples de material audiovisual (entrevista, conversa telefónica, conversa informal entre pares, outros).
- *Ler*
  - Compreensão de textos curtos e simples sobre assuntos do quotidiano, variando o grau de complexidade dos textos de acordo com as competências evidenciadas pelos adultos.
  - Detecção de informação previsível concreta em textos simples de uso comum (conversa telefónica, entrevista, outros).
  - Compreensão de textos simples em língua corrente sobre assuntos do quotidiano e relacionados com as áreas de formação e/ou atividade profissional dos adultos.
  - Percepção de acontecimentos relatados, assim como sentimentos e desejos expressos.
  - Comunicação em situações do quotidiano implicando troca de informação simples e direta sobre assuntos e atividades correntes, variando o grau de complexidade dos textos de acordo com as competências evidenciadas pelos adultos.
  - Participação em conversações curtas, com recurso a vocabulário circunscrito, sem necessidade de sustentar, aprofundar ou prolongar os diálogos.
  - Participação, com preparação prévia, em conversas simples sobre assuntos de interesse pessoal ou geral da atualidade.
- Competências de produção
- *Falar/Escrever*
  - Uso de frases simples e curtas para falar da família, dos outros e do seu percurso pessoal, variando o grau de complexidade dos textos de acordo com as competências evidenciadas pelos adultos.
  - Produção, simples e breve mas articulada, de enunciados para narrar, descrever, expor informações e pontos de vista.
  - Comunicação em situações do quotidiano que exigem apenas troca de informação simples e direta sobre assunto e atividades correntes.
  - Participação em conversações curtas, com recurso a vocabulário circunscrito, sem necessidade de sustentar, aprofundar ou prolongar os diálogos.
  - Participação, com preparação prévia, em conversas simples sobre assuntos de interesse pessoal ou geral da atualidade.
  - Escrita de textos curtos e simples relacionados com aspetos da vida quotidiana.
  - Escrita de textos simples e estruturados sobre assuntos conhecidos e do seu interesse.
  - Intervir tendo em conta que os percursos individuais são afetados pela posse de diversos recursos, incluindo competências ao nível da cultura, da língua e da comunicação.
  - Agir em contextos profissionais, com recurso aos saberes em cultura, língua e comunicação.
  - Formular opiniões críticas mobilizando saberes vários e competências culturais, linguísticas e comunicacionais.
  - Identificar os principais fatores que influenciam a mudança social, reconhecendo nessa mudança o papel da cultura, da língua e da comunicação.

LC\_B1\_A

**Interpretar e produzir enunciados orais de caráter lúdico e informativo-funcional**

**Carga horária**  
25 horas

**CrITÉRIOS de Evidência**

- Expressar-se com fluência, articulando ideias e justificando opiniões.
- Utilizar adequadamente o código oral, evitando o uso excessivo de bordões, frases feitas e repetições.
- Acompanhar o discurso oral de entoação, ritmo (pausas, hesitações, digressões, vocativos, ...) e postura adequados à situação e à audiência.
- Retirar dos discursos ouvidos as ideias essenciais.
- Adaptar o discurso ao longo da conversação, consoante as reações/respostas do recetor.
- Intervir em discussões de ideias no tempo certo e com pertinência.

LC\_B1\_B

**Interpretar textos simples, de interesse para a vida quotidiana**

**Carga horária**  
25 horas

**Critérios de Evidência**

- Reconhecer vocabulário específico de documentos funcionais.
- Localizar informação específica num texto.
- Identificar a mensagem principal de um texto.
- Reconstruir o significado global de um texto, tendo em conta a sequência e a causalidade.

LC\_B1\_C

**Produzir textos com finalidades informativo-funcionais**

**Carga horária**  
25 horas

**Critérios de Evidência**

- Dominar as regras elementares do código escrito (ortografia, acentuação, morfosintaxe, pontuação).
- Fazer corresponder mudanças de assunto a mudanças de parágrafo.
- Localizar o enunciado no tempo e no espaço, utilizando os deícticos adequados (*hoje, amanhã, aqui, aí, ...*).
- Encadear as ideias no texto de modo linear, coerente e consecutivo.
- Adequar o código escrito à finalidade do texto.

LC\_B1\_D

**Interpretar e produzir as principais linguagens não verbais utilizadas no quotidiano**

**Carga horária**  
25 horas

**Critérios de Evidência**

- Reconhecer a diversidade de linguagens utilizadas na comunicação humana.
- Utilizar eficazmente a linguagem gestual para transmitir uma mensagem.
- Interpretar o código sonoro e gestual.
- Identificar símbolos e ícones universais.
- Interpretar imagens à luz de referentes pessoais e sociais.

LC\_B2\_A

**Interpretar e produzir enunciados orais adequados a diferentes contextos**

**Carga horária**  
25 horas

**Critérios de Evidência**

- Reforçar os enunciados orais com linguagens não verbais ajustadas à mensagem (gestos, sons, ...).
- Adequar o tom, o ritmo, o léxico e as estruturas morfo-sintáticas a diferentes situações de comunicação.
- Planear pequenas intervenções, de acordo com um tema e uma intencionalidade (expor, argumentar, descrever).
- Utilizar as funções expressiva, fática, apelativa e informativa de forma coerente com a situação discursiva.
- Participar em discussões coletivas, emitindo opiniões, concordando ou discordando fundamentadamente.

LC_B2_B	<b>Interpretar textos de caráter informativo e reflexivo</b>	<b>Carga horária</b> 25 horas
<b>Critérios de Evidência</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Apropriar-se das terminologias específicas dos documentos funcionais.</li> <li>• Distinguir as ideias principais e acessórias de um texto.</li> <li>• Identificar as marcas textuais específicas dos discursos narrativo e descritivo.</li> <li>• Identificar a mensagem principal de um texto global ou de um excerto e os elementos que para ela concorrem.</li> <li>• Esquematizar/Organizar a ordem lógica das ideias num texto.</li> <li>• Utilizar estratégias diversificadas de extração de informação específica de um texto.</li> <li>• Reconstruir o significado global do texto.</li> <li>• Resumir a informação lida.</li> <li>• Estabelecer relações de sentido entre suportes diversos (imagem, som, ...) e o texto.</li> </ul>	
LC_B2_C	<b>Produzir textos de acordo com técnicas e finalidades específicas</b>	<b>Carga horária</b> 25 horas
<b>Critérios de Evidência</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Redigir textos de acordo com uma dada tipologia.</li> <li>• Transformar textos de acordo com diferentes tipologias e interlocutores.</li> <li>• Elaborar planos de texto na fase anterior à escrita.</li> <li>• Redigir textos com objetivos específicos.</li> <li>• Estruturar o discurso escrito de forma lógica e coerente.</li> <li>• Fazer corresponder mudanças de assunto a mudanças de parágrafo.</li> <li>• Situar o enunciado no tempo e no espaço, utilizando os deícticos adequados (<i>naquele tempo, naquela casa, aqui, lá, ...</i>).</li> <li>• Utilizar o código escrito de modo correto e coerente com o tipo de texto redigido.</li> <li>• Proceder à auto-correção e revisão do texto produzido.</li> </ul>	
LC_B2_D	<b>Interpretar e produzir linguagem não verbal adequada a finalidades variadas</b>	<b>Carga horária</b> 25 horas
<b>Critérios de Evidência</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconhecer e produzir mensagens através do uso de diferentes linguagens.</li> <li>• Associar a simbologia de linguagem icónica a atividades e serviços específicos.</li> <li>• Analisar o uso das linguagens (cores, formas, tendências musicais,...) à luz dos códigos socio-culturais.</li> <li>• Identificar as linguagens utilizadas em mensagens de teor persuasivo.</li> <li>• Analisar o uso misto de linguagens na disseminação de valores éticos e culturais.</li> </ul>	
LC_B2_LE_A	<b>Compreender e usar expressões familiares e/ou quotidianas</b>	<b>Carga horária</b> 25 horas
<b>Critérios de Evidência</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar-se/identificar alguém.</li> <li>• Caracterizar-se/caracterizar alguém.</li> <li>• Reconhecer e saber estabelecer relações de parentesco.</li> <li>• Referir e caracterizar membros da família, amigos, colegas.</li> <li>• Emitir opiniões, utilizando expressões e/ou frases simples.</li> <li>• Saber falar dos gostos, preferências e rotinas.</li> </ul>	

LC_B2_LE_B	<b>Compreender frases isoladas e expressões frequentes relacionadas com áreas de prioridade imediata; Comunicar em tarefas simples e em rotinas que exigem apenas uma troca de informações simples e direta sobre assuntos que lhe são familiares</b>	<b>Carga horária</b> 25 horas
<b>Critérios de Evidência</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Compreender, pedir e dar informação sobre             <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ Vários tipos de comércio</li> <li>◦ O preço de um produto</li> <li>◦ Características de um produto</li> </ul> </li> <li>• Compreender, pedir e dar informação sobre             <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ Horários</li> <li>◦ Meios de transporte</li> <li>◦ Bilhete simples/ida e volta</li> </ul> </li> <li>• Organizar informação             <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ Banco</li> <li>◦ Correios</li> <li>◦ ...</li> </ul> </li> </ul>	
LC_B3_A	<b>Interpretar e produzir enunciados orais adequados a diferentes contextos, fundamentando opiniões</b>	<b>Carga horária</b> 50 horas
<b>Critérios de Evidência</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar as intenções e características genéricas de um enunciado oral com vista a uma retroação adequada.</li> <li>• Produzir enunciados orais de acordo com a finalidade e a tipologia definida.</li> <li>• Distinguir factos de opiniões, ao nível da interpretação e da produção oral.</li> <li>• Planear a oralidade de acordo com a intencionalidade do discurso e a audiência.</li> <li>• Fundamentar/argumentar opiniões pessoais ou de outrem.</li> </ul>	
LC_B3_B	<b>Interpretar textos de carácter informativo-reflexivo, argumentativo e literário</b>	<b>Carga horária</b> 50 horas
<b>Critérios de Evidência</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Relacionar os elementos construtores de sentido num texto.</li> <li>• Seguir o encadeamento das ideias de um texto e antecipar essa sequência.</li> <li>• Fazer juízos sobre as informações de um texto: analisar afirmações contraditórias e a fundamentação de argumentos.</li> <li>• Interpretar os referentes espaciais e temporais num texto.</li> <li>• Identificar as marcas textuais específicas dos discursos direto e indireto.</li> <li>• Interpretar linguagem metafórica.</li> <li>• Obter e justificar conclusões.</li> </ul>	

LC_B3_C	<b>Produzir textos informativos, reflexivos e persuasivos</b>	<b>Carga horária</b> 50 horas
---------	---	----------------------------------

<b>Critérios de Evidência</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Organizar um texto de acordo com as ideias principais e acessórias do mesmo.</li> <li>• Resumir um texto à sua informação/mensagem essencial.</li> <li>• Sintetizar informação.</li> <li>• Adequar os textos às suas finalidades, tendo em conta, inclusive, a presença ou ausência de índices de modalidade (marcas apreciativas e avaliativas do enunciador).</li> <li>• Contextualizar o enunciado no tempo e no espaço, diversificando o uso dos deícticos (<i>aqui, lá, agora, no outro dia, no dia seguinte, no dia anterior, ...</i>).</li> <li>• Utilizar o código escrito de modo correto e coerente com o tipo de texto redigido, com diversificação de vocabulário e estruturas frásicas.</li> <li>• Proceder à auto-correção e revisão dos textos produzidos.</li> </ul>
-------------------------------	---

LC_B3_D	<b>Interpretar e produzir linguagem não verbal adequada a contextos diversificados, de carácter restrito ou universal</b>	<b>Carga horária</b> 50 horas
---------	---	----------------------------------

<b>Critérios de Evidência</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Adequar o uso de linguagens não verbais diversas a contextos formais e informais.</li> <li>• Analisar o uso de linguagens na pluralidade de manifestações artísticas (moda, teatro, pintura, artesanato, música).</li> <li>• Associar a manipulação das diferentes linguagens à mensagem que um dado discurso pretende transmitir (discurso persuasivo - argumentativo).</li> <li>• Distinguir símbolos universais relativos a diversos tipos de linguagem (significado de gestos, sons, cores, números) e analisá-los mediante valores étnicos e culturais.</li> </ul>
-------------------------------	--

LC_B3_LE_A	<b>Compreender, quando a linguagem é clara e estandardizada, assuntos familiares e de seu interesse; Produzir um discurso simples e coerente sobre assuntos familiares e de seu interesse</b>	<b>Carga horária</b> 50 horas
------------	---	----------------------------------

<b>Critérios de Evidência</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Compreender, pedir e dar informação sobre             <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ Profissões</li> <li>◦ Actividades próprias de profissões</li> <li>◦ Locais de trabalho</li> </ul> </li> <li>• Analisar e comparar diferentes tipos de carreiras</li> <li>• Interpretar e produzir informação relativa ao tema em questão</li> </ul>
-------------------------------	---

LC_B3_LE_B	<b>Compreender as ideias principais de textos relativamente complexos sobre assuntos concretos; Comunicar experiências e expor brevemente razões e justificações para uma opinião ou um projeto</b>	<b>Carga horária</b> 50 horas
<b>Critérios de Evidência</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Compreender e dar informação sobre             <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ Tipos de alimentação e bebidas</li> <li>◦ Bons/maus/diferentes hábitos alimentares</li> <li>◦ Importância do desporto para uma boa forma física e mental</li> <li>◦ ...</li> </ul> </li> <li>• Descrever eventos reais ou imaginados relativos ao mundo exterior             <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ Viagens</li> <li>◦ Eventos culturais /desportivos</li> <li>◦ Eventos históricos</li> </ul> </li> </ul>	
MV_B1_A	<b>Interpretar, organizar, analisar e comunicar informação utilizando processos e procedimentos matemáticos</b>	<b>Carga horária</b> 25 horas
<b>Critérios de Evidência</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Utilizar a moeda única europeia - euro - em atividades do dia a dia, nomeadamente, em aquisições diretas, em operações de multibanco e em atividades que requeiram a escrita de informação numérica.</li> <li>• Efectuar medições de grandezas de natureza diversa, utilizando instrumentos adequados: régua/fita métrica, balança, termómetro medicinal, relógio, etc..</li> <li>• Registrar, ordenadamente, dados de situações reais relativos a medições de comprimento, de capacidade, de massa, de tempo.</li> <li>• Ler e interpretar tabelas, por exemplo: de relação peso/idade, de peso/tamanho de pronto-a-vestir.</li> <li>• Ler e interpretar horários de serviços, de meios de transporte, escolares, etc..</li> <li>• Ler e interpretar gráficos (de barras, pictogramas).</li> <li>• Construir tabelas e gráficos de barras relativos a situações de vida pessoal, profissional, social.</li> <li>• Analisar criticamente informação que envolva dados numéricos, nomeadamente a apresentada em órgãos de comunicação.</li> <li>• Comunicar processos e resultados usando a língua portuguesa.</li> </ul>	
MV_B1_B	<b>Usar a matemática para analisar e resolver problemas e situações problemáticas</b>	<b>Carga horária</b> 25 horas
<b>Critérios de Evidência</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Utilizar um modelo de resolução de problemas, nomeadamente o proposto por <b>Polya</b> (1945): compreender o enunciado, explicitando por exemplo, quais são os dados e qual é o objetivo do problema; <b>estabelecer</b> e <b>executar</b> um plano de resolução do problema, usando tabelas, esquemas, utilizando versões mais simples do problema dado na procura de leis de formação, etc., conforme o tipo de situação; <b>verificar</b> se o plano se adequa ao problema, tomando as decisões adequadas ao resultado da verificação.</li> <li>• Em contexto de vida (do(s) formando(s)) resolver problemas de contagem, utilizando, entre outros, o princípio da multiplicação que é o princípio fundamental das contagens.</li> <li>• Em contextos de vida (do(s) formando(s)) resolver problemas que envolvam números decimais.</li> <li>• Em contextos de vida (do(s) formando(s)) resolver problemas que envolvam o conceito de perímetro de figuras planas regulares ou irregulares, usando a estimativa como meio de controlo de resultados.</li> <li>• Em contextos de vida (do(s) formando(s)) resolver problemas que envolvam relações geométricas como área e volume.</li> </ul>	

MV_B1_C	<b>Compreender e usar conexões matemáticas em contextos de vida</b>	<b>Carga horária</b> 25 horas
<b>Critérios de Evidência</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Relacionar diferentes formas de representar um número natural (decomposição em parcelas, em fatores, na reta numérica).</li> <li>• Usar as funções de uma calculadora básica, por exemplo o fator constante e as memórias, interpretar resultados obtidos no cálculo de expressões numéricas simples.</li> <li>• Utilizar estratégias pessoais de cálculo nomeadamente o mental.</li> <li>• Fazer estimativas de resultados de operações aritméticas e utilizá-las para detetar eventuais erros.</li> <li>• Usar aspetos do raciocínio proporcional na resolução de tarefas como, por exemplo, na adaptação de uma receita de culinária.</li> <li>• Estabelecer ligações entre conceitos matemáticos e a prática de procedimentos, nomeadamente na construção da figura simétrica, dada a original e o eixo de simetria.</li> <li>• Comunicar processos e resultados usando a língua portuguesa.</li> <li>• Comunicar os resultados de trabalhos de projeto usando a língua portuguesa.</li> </ul>	
MV_B1_D	<b>Raciocinar matematicamente de forma indutiva e de forma dedutiva</b>	<b>Carga horária</b> 25 horas
<b>Critérios de Evidência</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Indicar elementos que pertencem a uma sequência numérica ou geométrica e dar exemplo de elementos não pertencentes a essas sequências.</li> <li>• Descrever leis de formação de sequências, numéricas ou geométricas.</li> <li>• Resolver problemas que envolvem regularidades numéricas, utilizando a calculadora.</li> <li>• Estabelecer conjecturas a partir da observação (raciocínio indutivo) e testar conjecturas utilizando processos lógicos de pensamento.</li> <li>• Usar argumentos para justificar afirmações matemáticas, próprias ou não, nomeadamente através de contra exemplos.</li> </ul>	
MV_B2_A	<b>Interpretar, organizar, analisar e comunicar informação usando processos e procedimentos matemáticos</b>	<b>Carga horária</b> 25 horas
<b>Critérios de Evidência</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Utilizar a moeda única europeia e outra moeda familiar em atividades do dia a dia, ou em simulação, nomeadamente, em aquisições diretas, em operações de multibanco e em atividades que requeiram a escrita de informação numérica.</li> <li>• Efectuar medições de grandezas de natureza diversa, utilizando unidades e instrumentos de medida adequados.</li> <li>• Ler e interpretar tabelas de relação peso/idade, de peso/tamanho de pronto-a-vestir, de frequências absolutas e de frequências relativas.</li> <li>• Ler e interpretar horários de serviços, de meios de transporte, escolares, etc..</li> <li>• Apresentar horários, diários, semanais ou outros, de uma forma organizada e clara.</li> <li>• Ler e interpretar gráficos (de barras, pictogramas).</li> <li>• Construir tabelas e gráficos de barras relativos a situações de vida pessoal, profissional, social.</li> <li>• Analisar criticamente informação que envolva dados numéricos, recolhida pelo formando de órgãos de comunicação, por exemplo.</li> <li>• Ordenar e agrupar dados, utilizando medidas de localização (média, mediana, moda) e amplitude para comparar distribuições.</li> <li>• Utilizar o conceito de probabilidade na interpretação de informações.</li> <li>• Comunicar processos e resultados usando a linguagem matemática e a língua portuguesa.</li> </ul>	



MV\_B2\_B

**Usar a matemática para analisar e resolver problemas e situações problemáticas**

**Carga horária**  
25 horas

**Critérios de Evidência**

- Utilizar um modelo de resolução de problemas, nomeadamente o proposto por **Polya** (1945): **compreender** o enunciado, explicitando por exemplo, quais são os dados e qual é o objetivo do problema; **estabelecer** e **executar** um plano de resolução do problema, usando tabelas, esquemas, utilizando versões mais simples do problema dado na procura de leis de formação, etc, conforme o tipo de situação; **verificar** se o plano se adequa ao problema, tomando as decisões adequadas ao resultado da verificação.
- Comunicar processos e resultados usando a linguagem matemática e a língua portuguesa.
- Em contexto de vida (do(s) formando(s)) resolver problemas de contagem, utilizando, entre outros, o princípio da multiplicação que é o princípio fundamental das contagens.
- Em contextos de vida (do formando) resolver problemas que envolvam números racionais não inteiros e alguns números irracionais ( $\pi$ ,  $\sqrt{2}$ , etc).
- Em contexto de vida (do(s) formando(s)) resolver problemas que envolvam os conceitos: perímetro, área, volume; potência de expoente 2 e raiz quadrada; potência de expoente 3 e raiz cúbica.
- Em contexto de vida do(s) formando(s) resolver problemas que envolvem raciocínio proporcional: percentagens; proporcionalidade aritmética; usando a estimativa e o cálculo mental como meio de controlo de resultados.
- Decidir sobre a razoabilidade de um resultado, tendo em consideração critérios diversos, nomeadamente de divisibilidade, de ordem de grandeza dos números.
- Decidir sobre o uso de cálculo mental, de algoritmo de papel e lápis, ou de instrumento tecnológico, conforme a situação em estudo.

MV\_B2\_C

**Compreender e usar conexões matemáticas em contextos de vida**

**Carga horária**  
25 horas

**Critérios de Evidência**

- Usar as funções de uma calculadora básica confiante e criticamente.
- Reconhecer representações equivalentes de números racionais: fracionária e em forma de dízima; reconhecer a equivalência de frações.
- Efectuar cálculos: mentalmente, com algoritmos ou com calculadora, e decidir qual dos métodos é apropriado à situação.
- Determinar experimentalmente valores aproximados do número irracional  $\pi$ , no contexto de explorações geométricas que envolvam circunferência ou círculo.
- Utilizar estratégias de cálculo mental adequadas às situações e relacioná-las com propriedades das operações básicas.
- Expressar de formas diversas operadores fraccionários (visualmente, expressão designatória).
- Interpretar e utilizar diferentes representações de percentagens.
- Reconhecer que a igualdade de frações equivalentes é um exemplo de proporção.
- Usar escalas na compreensão e na construção de modelos da realidade.
- Construir modelos de poliedros.
- Planificar a superfície de um cilindro e planificar a superfície de poliedros.
- Utilizar a visualização espacial no estabelecimento/descoberta de relações entre propriedades de figuras geométricas; no contexto destas construções identificar figuras geométricas, estabelecer propriedades destas figuras, estabelecer relações entre as figuras, utilizando as propriedades.
- Comunicar os resultados de trabalhos de projeto usando as linguagens matemática e a língua portuguesa.

MV_B2_D	<b>Raciocinar matematicamente de forma indutiva e de forma dedutiva</b>	<b>Carga horária</b> 25 horas
---------	---	----------------------------------

<b>Critérios de Evidência</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Descrever leis de formação de sequências, numéricas ou geométricas, utilizando linguagem progressivamente mais formal.</li> <li>• Estabelecer conjecturas a partir da observação (raciocínio indutivo) e testar conjecturas utilizando processos lógicos de pensamento.</li> <li>• Usar argumentos para justificar afirmações matemáticas próprias, ou não, nomeadamente através de contraexemplos.</li> <li>• Usar modos particulares de raciocínio matemático nomeadamente a <i>redução ao absurdo</i>.</li> <li>• Comunicar e justificar raciocínios geométricos.</li> <li>• Usar as definições como critérios necessários, embora convencionais e de natureza precária, à comunicação matemática, à organização das ideias e à classificação de objetos matemáticos.</li> </ul>
-------------------------------	--

MV_B3_A	<b>Interpretar, organizar, analisar e comunicar informação utilizando processos e procedimentos matemáticos</b>	<b>Carga horária</b> 50 horas
---------	---	----------------------------------

<b>Critérios de Evidência</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sequencializar as tarefas elementares de um projeto.</li> <li>• Usar relações de conversão cambial para proceder a operações financeiras habituais.</li> <li>• Analisar e interpretar criticamente gráficos relativos a situações da realidade.</li> <li>• Comparar conjuntos de dados utilizando: frequências absolutas e reconhecendo as limitações/erros desta utilização; frequências relativas.</li> <li>• Analisar e comparar distribuições estatísticas utilizando medidas de localização (moda, mediana, média aritmética).</li> <li>• Analisar criticamente a validade de argumentos baseados em indicadores estatísticos.</li> <li>• Tratar as informações numéricas contidas em textos relativos, nomeadamente, a temas de vida, com vista a uma interpretação mais esclarecida.</li> <li>• Comunicar processos e resultados usando a linguagem matemática e a língua portuguesa.</li> </ul>
-------------------------------	--

MV_B3_B	<b>Usar a matemática para analisar e resolver problemas e situações problemáticas</b>	<b>Carga horária</b> 50 horas
<b>Critérios de Evidência</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Utilizar um modelo de resolução de problemas, por exemplo o proposto por <b>Polya</b> (1945): interpretar o enunciado, explicitando os dados e o objetivo do problema. Usar condição(ões) matemática(s) para traduzir os dados quando tal for adequado; <b>estabelecer</b> e <b>executar</b> um plano de resolução do problema, utilizando tabelas, esquemas, decidindo sobre o uso de cálculo mental, de algoritmo de papel e lápis, ou de instrumento tecnológico, conforme a situação em análise; criando versões mais simples do problema dado, na procura de leis de formação, etc, conforme o tipo de situação. Verificar se o plano se adequa ao problema, tomando as decisões adequadas ao resultado da verificação, nomeadamente interpretando em contexto as soluções de equações e de inequações, decidindo sobre a razoabilidade de um resultado.</li> <li>• Comunicar processos e resultados usando a linguagem matemática e a língua portuguesa.</li> <li>• Em contextos de vida (do(s) formando(s)) resolver problemas que envolvam modelos matemáticos simples: equações do 1º e do 2º grau; inequações do 1º grau; teorema de Pitágoras; relações trigonométricas do triângulo retângulo.</li> <li>• Em contextos de vida (do formando) resolver problemas que envolvam números racionais não inteiros e alguns números irracionais (<math>\pi</math>, <math>\sqrt{2}</math>, etc), usando a estimativa e o cálculo mental como meio de controlo de resultados.</li> <li>• Em contextos de vida (do(s) formando(s)) resolver problemas que envolvam os conceitos de: perímetro, área, volume; potenciação e radiciação.</li> <li>• Em contextos de vida (do(s) formando(s)) resolver problemas que envolvam números expressos em notação científica.</li> <li>• Em contextos de vida (do formando) resolver problemas que envolvem raciocínio proporcional: percentagens; proporcionalidade aritmética; proporcionalidade geométrica.</li> <li>• Em contextos de vida (do(s) formando(s)) resolver problemas que envolvem os conceitos de proporcionalidade direta e de proporcionalidade inversa.</li> </ul>	

MV_B3_C	<b>Compreender e usar conexões matemáticas em contextos de vida</b>	<b>Carga horária</b> 50 horas
<b>Critérios de Evidência</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Usar criticamente as funções de uma calculadora científica.</li> <li>• Reconhecer diferentes modos de representação de números e determinar valores exatos de números irracionais, por construção com material de desenho justificando matematicamente este procedimento.</li> <li>• Utilizar a notação científica para representar números muito grandes ou números muito próximos de zero.</li> <li>• Utilizar estratégias de cálculo mental adequadas às situações em jogo e relacioná-las com propriedades das operações.</li> <li>• Interpretar numérica e graficamente relações funcionais, nomeadamente de proporcionalidade direta e de proporcionalidade inversa.</li> <li>• Relacionar vários modelos de variação: linear; polinomial; exponencial; ....</li> <li>• Identificar ligações entre a resolução gráfica e a resolução analítica de sistemas de equações/inequações.</li> <li>• Resolver problemas de medida em desenhos à escala, escolhendo escalas para representar situações.</li> <li>• Estabelecer a ligação entre conceitos matemáticos e conhecimento de procedimentos na realização de construções geométricas (quadriláteros, outros polígonos e lugares geométricos).</li> <li>• Reconhecer o conceito de semelhança de figuras e usar as relações entre elementos de figuras com a mesma forma.</li> <li>• Descrever figuras geométricas no plano e no espaço.</li> <li>• Sequencializar um projeto em tarefas elementares.</li> <li>• Comunicar os resultados de trabalhos de projeto usando a linguagem matemática e a língua portuguesa.</li> </ul>	

MV_B3_D	<b>Raciocinar matematicamente de forma indutiva e de forma dedutiva</b>	<b>Carga horária</b> 50 horas
<b>Critérios de Evidência</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Inferir leis de formação de seqüências, numéricas ou geométricas, utilizando simbologia matemática, nomeadamente expressões designatórias.</li> <li>• Revelar competências de cálculo, apresentando nomeadamente exemplos de situações em que um produto é menor que os fatores e de situações em que o quociente é maior que o dividendo.</li> <li>• Estabelecer conjeturas a partir da observação (raciocínio indutivo) e testar conjeturas utilizando processos lógicos de pensamento.</li> <li>• Usar argumentos válidos para justificar afirmações matemáticas, próprias ou não, como por exemplo, a particularização e a generalização.</li> <li>• Usar modos particulares de raciocínio matemático, nomeadamente a redução ao absurdo.</li> <li>• Reconhecer as definições como critérios embora convencionais e de natureza precária: necessários a uma clara comunicação matemática; de organização das ideias e de classificação de objetos matemáticos.</li> </ul>	
TIC_B1_A	<b>Operar, em segurança, equipamento tecnológico diverso, usado no quotidiano</b>	<b>Carga horária</b> 25 horas
<b>Critérios de Evidência</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identifica diverso equipamento tecnológico usado no dia a dia.</li> <li>• Distingue as potencialidades desse equipamento.</li> <li>• Opera equipamento tecnológico diversificado (por exemplo: máquina de lavar, aparelho de fax; televisão; caixa Multibanco; telemóvel, sonda, sistema de rega, etc.).</li> <li>• Reconhece os fatores de risco e as precauções a tomar quando se trabalha com determinados equipamentos tecnológicos: ligações seguras, postura, fadiga visual, etc..</li> </ul>	
TIC_B1_B	<b>Realizar operações básicas no computador</b>	<b>Carga horária</b> 25 horas
<b>Critérios de Evidência</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Liga, desliga e reinicia corretamente o computador e periféricos, designadamente a impressora.</li> <li>• Usa o rato: aponta, clica, duplo-clique, seleciona e arrasta.</li> <li>• Reconhece os ícones de base do ambiente de trabalho.</li> <li>• Abre, redimensiona, restaura e fecha uma janela desse ambiente.</li> <li>• Reconhece as diferentes barras de uma janela do ambiente de trabalho e suas funções.</li> <li>• Cria, abre, apaga e copia pastas e ficheiros.</li> <li>• Usa o Menu Iniciar para abrir um programa.</li> <li>• Usa a função Localizar para encontrar ficheiros ou pastas criados.</li> <li>• Usa alguns dos acessórios do sistema operativo: calculadora; leitor de CDs, gravador de áudio, jogos, etc.</li> </ul>	

TIC_B1_C	<b>Utilizar as funções básicas de um programa de processamento de texto</b>	<b>Carga horária</b> 25 horas
----------	---	----------------------------------

<b>Critérios de Evidência</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Abre um documento de processamento de texto.</li> <li>• Reconhece as funções dos diferentes elementos da janela: barra de ferramentas, barra de menus, barra de estado, barras de deslocamento,...</li> <li>• Abre um documento já existente, altera-o e guarda-o.</li> <li>• Cria um novo documento, insere texto e formata-o, usando as funções das barras de ferramentas.</li> <li>• Pré-visualiza um documento.</li> <li>• Imprime um documento utilizando as opções base de impressão.</li> <li>• Guarda o/s documento/s no disco rígido ou disquete.</li> </ul>	
-------------------------------	--	--

TIC_B1_D	<b>Usar a Internet para obter informação</b>	<b>Carga horária</b> 25 horas
----------	--	----------------------------------

<b>Critérios de Evidência</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Inicia um programa de navegação (<i>browser</i>) na Web.</li> <li>• Reconhece as funções das diferentes barras do programa de navegação: barras de ferramentas, barra de estado, ...</li> <li>• Identifica e interpreta vocabulário específico usado na Internet.</li> <li>• Utiliza um endereço e acede à informação.</li> <li>• Clica numa link (texto ou imagem) e volta à página principal.</li> <li>• Pesquisa em diferentes motores de busca.</li> <li>• Utiliza uma palavra-chave numa pesquisa.</li> <li>• Entra em sítios apontados na pesquisa e volta ao motor de busca.</li> <li>• Adiciona uma página da Web à pasta Favoritos.</li> <li>• Lê, apaga e reenvia mensagens recebidas, em correio eletrónico.</li> </ul>	
-------------------------------	---	--

TIC_B2_A	<b>Operar, em segurança, equipamento tecnológico diverso</b>	<b>Carga horária</b> 25 horas
----------	--	----------------------------------

<b>Critérios de Evidência</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identifica diverso equipamento tecnológico usado no dia a dia.</li> <li>• Distingue as vantagens e desvantagens desse equipamento.</li> <li>• Opera equipamento tecnológico diversificado.</li> <li>• Reconhece os fatores de risco e as precauções a tomar quando se trabalha com determinado tipo de equipamento tecnológico: ligações seguras, postura, fadiga visual, etc.</li> <li>• Introduce/altera contactos telefónicos na agenda de um telemóvel.</li> <li>• Recebe e envia mensagens em SMS através de um telemóvel.</li> </ul>	
-------------------------------	---	--

TIC_B2_B	<b>Realizar, em segurança, operações várias no computador</b>	<b>Carga horária</b> 25 horas
----------	---	----------------------------------

<b>Critérios de Evidência</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Liga, desliga e reinicia corretamente o computador e periféricos, designadamente um scanner.</li> <li>• Usa o rato: aponta, clica, duplo-clique, seleciona e arrasta.</li> <li>• Reconhece os ícones do ambiente de trabalho e as suas funções.</li> <li>• Reconhece as diferentes barras de uma janela e suas funções.</li> <li>• Cria, abre, apaga e copia pastas e ficheiros.</li> <li>• Usa alguns dos acessórios do sistema operativo: calculadora; leitor de CDs, gravador de áudio, jogos, etc..</li> <li>• Configura as propriedades do monitor; fundo e proteção do ecrã.</li> <li>• Reconhece as formas de propagação dos vírus informáticos e seus perigos.</li> <li>• Identifica as medidas de segurança a tomar.</li> </ul>
-------------------------------	---

TIC_B2_C	<b>Utilizar um programa de processamento de texto</b>	<b>Carga horária</b> 25 horas
----------	---	----------------------------------

<b>Critérios de Evidência</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Abre um documento de processamento de texto.</li> <li>• Reconhece as funções dos diferentes elementos da janela: barra de ferramentas, barra de menus, barra de estado, barras de deslocamento,...</li> <li>• Abre um documento já existente, altera-o e guarda-o.</li> <li>• Cria um novo documento, insere texto, formata e verifica-o ortográfica e gramaticalmente.</li> <li>• Cria uma tabela e altera os seus pormenores de estilo (por exemplo: insere e elimina colunas e linhas; muda o estilo e espessura de linha; insere sombreado ou cor nas células).</li> <li>• Adiciona imagens e formas automáticas a um documento e altera-as.</li> <li>• Usa o WordArt.</li> <li>• Imprime um documento utilizando as opções base de impressão.</li> </ul>
-------------------------------	--

TIC_B2_D	<b>Usar a Internet para obter e transmitir informação</b>	<b>Carga horária</b> 25 horas
----------	---	----------------------------------

<b>Critérios de Evidência</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identifica os elementos necessários para ligar um computador à internet.</li> <li>• Compara as ofertas de diferentes fornecedores de serviços.</li> <li>• Identifica e interpreta vocabulário específico usado na Internet.</li> <li>• Inicia um programa de navegação (<i>browser</i>) na Web e abre um endereço da Net.</li> <li>• Reconhece as funções das diferentes barras do programa de navegação: barras de ferramentas, barra de estado, ...</li> <li>• Clica num <i>link</i> (texto ou imagem) e volta à página principal.</li> <li>• Pesquisa em diferentes motores de busca, utilizando ou não uma palavra-chave.</li> <li>• Adiciona uma página da Web à pasta Favoritos.</li> <li>• Cria uma caixa de correio pessoal.</li> <li>• Lê, apaga e responde a mensagens recebidas, usando o livro de endereços.</li> <li>• Identifica os cuidados a ter, relativamente aos vírus informáticos, no recebimento de ficheiros em anexo.</li> </ul>
-------------------------------	---

TIC_B3_A	<b>Operar, em segurança, equipamento tecnológico, designadamente o computador</b>	<b>Carga horária</b> 50 horas
----------	---	----------------------------------

<b>Critérios de Evidência</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Opera equipamento tecnológico diversificado (por exemplo: câmara de vídeo, videogravador/DVD, televisão; máquina de lavar, caixa multibanco; telemóvel, sonda, sistema de rega, etc.).</li> <li>• Reconhece os fatores de risco e as precauções a tomar quando se trabalha com determinado tipo de equipamento tecnológico: ligações seguras, postura, fadiga visual, etc..</li> <li>• Distingue diferentes tipos de computadores (PC, portátil) ao nível do preço, tipo de utilização, entre outras características.</li> <li>• Abre, redimensiona e fecha uma janela do ambiente de trabalho.</li> <li>• Configura no computador hora, data, propriedades do monitor, fundo e proteção do ecrã, ...</li> <li>• Cria um atalho para um ficheiro e muda o nome.</li> <li>• Usa acessórios do sistema operativo: calculadora; jogos; Paint.</li> <li>• Reconhece as formas de propagação dos vírus informáticos e seus perigos.</li> <li>• Activa um programa anti-vírus e suas opções de segurança.</li> </ul>	
-------------------------------	---	--

TIC_B3_B	<b>Utilizar uma aplicação de folhas de cálculo</b>	<b>Carga horária</b> 50 horas
----------	--	----------------------------------

<b>Critérios de Evidência</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cria uma nova folha de cálculo.</li> <li>• Insere números e texto em células e formata-os.</li> <li>• Adiciona limites, cores e padrões.</li> <li>• Utiliza fórmulas lógicas e aritméticas numa célula.</li> <li>• Utiliza diferentes formas de notação.</li> <li>• Apresenta os números de uma célula em percentagem.</li> <li>• Importa para a folha uma imagem, ou texto.</li> <li>• Cria diferentes estilos de gráfico para analisar informação e modifica-os.</li> <li>• Exporta uma folha de cálculo ou gráfico.</li> <li>• Utiliza uma lista como uma base de dados.</li> <li>• Usa as funções de base de dados para gerir e analisar os dados de uma lista.</li> </ul>	
-------------------------------	---	--

TIC_B3_C	<b>Utilizar um programa de processamento de texto e de apresentação de informação</b>	<b>Carga horária</b> 50 horas
----------	---	----------------------------------

<b>Critérios de Evidência</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cria um documento, insere texto, imagens e tabelas e formata-os.</li> <li>• Insere números de página, cabeçalho e notas de rodapé, num documento.</li> <li>• Insere texto automático num documento.</li> <li>• Formata o documento em colunas.</li> <li>• Abre um programa de apresentação.</li> <li>• Cria uma nova apresentação.</li> <li>• Adiciona texto e imagem à apresentação.</li> <li>• Utiliza as ferramentas de cortar, copiar e colar texto ou imagem.</li> <li>• Insere um duplicado do diapositivo e altera o seu conteúdo.</li> <li>• Adiciona efeitos de animação e transição aos diapositivos.</li> <li>• Realiza uma apresentação.</li> </ul>	
-------------------------------	--	--



TIC\_B3\_D

**Usar a Internet para obter, transmitir e publicar informação**

**Carga horária**  
50 horas

**Critérios de Evidência**

- Identifica os elementos necessários para ligar um computador à Internet.
- Compara as ofertas dos diferentes fornecedores de serviços.
- Identifica e interpreta vocabulário específico usado na Internet.
- Inicia um programa de navegação (*browser*) na *Web* e abre um endereço da *Net*.
- Reconhece as funções das diferentes barras do programa de navegação: barras de ferramentas, barra de estado,...
- Pesquisa em diferentes motores de busca, utilizando ou não palavra-chave.
- Cria uma caixa de correio pessoal e organiza um livro de endereços.
- Lê, apaga e envia mensagens, com ou sem ficheiro anexo.
- Identifica os cuidados a ter, relativamente aos vírus informáticos, no recebimento de ficheiros em anexo.
- Utiliza informação recebida via internet, noutros suportes.
- Identifica as regras de utilização das salas de conversação.
- Escolhe uma alcunha (*nickname*) e entra numa sala de conversação.
- Identifica as vantagens e desvantagens deste tipo de serviço.
- Cria um sítio (*site*) com uma aplicação de apresentações (por ex. *MPublisher*) ou uma aplicação de edição e gestão (por ex. *MFrontPage*).
- Modifica o *design* e esquema de cores (no caso do *Publisher*).
- Insere *links*, texto, imagens próprias ou de uma galeria de imagens e pré-visualiza-as num programa de navegação.
- Usa uma aplicação FTP (*File Transfer Protocol*) para fazer a transferência das páginas (*upload*) para um servidor público.



### 3.2. Formação Tecnológica

<b>3536</b>	<b>Velhice - ciclo vital e aspetos sociais</b>	<b>Carga horária</b> 50 horas
<b>Objetivo(s)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar os problemas que se colocam à pessoa idosa na atualidade.</li> <li>• Descrever a velhice do ponto de vista físico, psicológico e social, distinguindo-se das outras “2 idades de vida”.</li> <li>• Identificar o quadro conceptual básico que permita caracterizar o envelhecimento nos contextos sociais em que se irá desenvolver.</li> <li>• Reconhecer e relacionar os diferentes aspetos sociais da velhice.</li> </ul>	
<b>Conteúdos</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Velhice - ciclo vital <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ Velhice e tarefas do desenvolvimento psicológico</li> <li>◦ Teorias sobre o envelhecimento psicossocial</li> <li>◦ Teorias psicossociais de Eric Erickson, R. Peck e Buhler</li> <li>◦ Do jovem adulto à meia-idade <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tarefas evolutivas do jovem adulto</li> <li>- Mudança no campo dos interesses e no sistema de valores</li> <li>- Casamento e seus ajustamentos</li> <li>- Carreira profissional e seus ajustamentos</li> <li>- Família e seus ajustamentos</li> </ul> </li> <li>◦ A meia-idade e as tarefas evolutivas</li> <li>◦ Aspetos estruturais e funcionais da meia-idade</li> </ul> </li> <li>• Velhice - aspetos sociais <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ A velhice e a sociedade <ul style="list-style-type: none"> <li>- Velhice e envelhecimento: Conceitos e análise</li> <li>- Mitos da velhice <ul style="list-style-type: none"> <li>- início da velhice e aptidões da velhice</li> <li>- negatividades da velhice</li> <li>- isolamento e solidão na velhice</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>◦ Atitudes, mitos e estereótipos <ul style="list-style-type: none"> <li>- Definições</li> <li>- Ideias pré-concebidas</li> <li>- Atitudes relacionadas com a pessoa idosa</li> <li>- Mitos e estereótipos - perigos potenciais</li> </ul> </li> <li>◦ Representações da morte</li> <li>◦ Problemas sociais da velhice <ul style="list-style-type: none"> <li>- Reconhecimento, perspetiva e reflexão sobre problemas que se colocam à pessoa idosa na actualidade <ul style="list-style-type: none"> <li>- a situação no princípio do século</li> <li>- a velhice e o pós-guerra</li> </ul> </li> <li>- A pessoa idosa no final do século XX</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>• Velhice - socialização e papéis sociais <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ Aspetos sociais da velhice <ul style="list-style-type: none"> <li>- Socialização e papéis sociais</li> <li>- Preparação para a velhice: os papéis de transição</li> <li>- Velhice e os novos papéis sociais</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>• Velhice - socialização e papéis sociais <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ O modo de vida das pessoas de idade <ul style="list-style-type: none"> <li>- As condições de vida</li> <li>- A satisfação de viver</li> </ul> </li> <li>◦ Processo de envelhecimento/sensibilização à problemática da pessoa idosa <ul style="list-style-type: none"> <li>- O ser velho no ciclo da vida</li> <li>- Ser velho hoje, no meio rural e no meio urbano</li> <li>- A reforma</li> <li>- Coabitação/conflito de gerações</li> <li>- Respostas institucionais</li> <li>- Pensar novas respostas</li> </ul> </li> <li>◦ A pessoa idosa noutras civilizações</li> </ul> </li> </ul>		

3537

## Quadro da psicologia evolutiva

**Carga horária**  
50 horas

### Objetivo(s)

- Reconhecer os princípios básicos de psicologia evolutiva, dando particular ênfase à velhice como etapa do desenvolvimento humano.
- Reconhecer, caracterizar e distinguir as diferentes redes de apoio disponíveis e possíveis de serem utilizadas junto de pessoas idosas.
- Reconhecer a importância das pessoas idosas na forma como contribuem para uma cidadania interveniente e responsável.

### Conteúdos

- Velhice - psicologia evolutiva
  - Avelhice no quadro da psicologia evolutiva
    - Conceito de psicologia evolutiva
    - Conceito de tarefas evolutivas
    - O estudo da velhice no campo da psicologia evolutiva
    - O estudo científico do processo de envelhecimento
- Redes de apoio
  - As pessoas idosas e o meio ambiente
    - A diversidade do meio ambiente
    - A família e a comunidade
    - As Instituições formais
      - caracterização e natureza das Instituições formais
      - institucionalização das pessoas de idade
      - a vida quotidiana nas Instituições
- Grupos e Instituições de ajuda
  - Da família aos amigos: a presença da rede informal
  - As novas formas de solidariedade
    - Formais
    - Informais

3538

## Saúde da pessoa idosa - cuidados básicos

**Carga horária**  
25 horas

### Objetivo(s)

- Reconhecer alguns aspetos do envelhecimento da população.
- Descrever as características do Agente em Geriatria.
- Descrever os processos de comunicação e observação.
- Prestar cuidados que proporcionem conforto à pessoa idosa.

### Conteúdos

- Prestação de cuidados básicos
  - Envelhecimento da população
  - Promoção da qualidade de vida – metas da Organização Mundial de Saúde
  - Envelhecimento físico e psicológico
- Agente em Geriatria
  - Características inerentes ao Agente em Geriatria
    - Relações humanas
    - Cuidados a ter em consideração relativos
      - à higiene pessoal
      - à apresentação pessoal
      - à linguagem
      - à atitude
- Processos de comunicação e observação
  - Características da comunicação e observação
  - Elementos do processo de comunicação
  - Princípios da observação
  - Jogos e simulações
  - Reflexão sobre a pessoa idosa
- Conforto da pessoa idosa
  - Sono e repouso
  - Cama simples e cama articulada

3539

### Deontologia e ética profissional no apoio à comunidade

Carga horária  
25 horas

#### Objetivo(s)

- Reconhecer e aplicar os princípios fundamentais da deontologia e ética profissional, na função de acompanhamento de pessoas idosas.
- Reconhecer e respeitar os direitos da pessoa humana.

#### Conteúdos

- Princípios fundamentais
  - Deontologia e ética profissional
  - Actos lícitos e ilícitos
  - Actos legítimos e ilegítimos
  - Responsabilidade
  - Segredo profissional
- Direitos da pessoa humana
  - Direitos da pessoa humana e da pessoa idosa em particular
  - A vida e a morte
  - O Agente em Geriatria e a morte

3540

### Animação - conceitos, princípios e técnicas

Carga horária  
50 horas

#### Objetivo(s)

- Reconhecer a importância de comunicar e de compreender a pessoa idosa.
- Reconhecer a importância da animação nas atividades com idosos.
- Identificar e organizar instrumentos e técnicas específicas na área da animação da pessoa idosa.
- Reconhecer a importância da socioterapia como forma integradora da pessoa idosa.

#### Conteúdos

- Comunicação: análise transaccional
  - Análise estrutural
  - Análise das transaccões
  - Carícias
  - Posições existenciais
  - Jogos psicológicos
  - Estruturação do tempo
  - Argumento de vida
  - Contrato
- Animação
  - A importância da animação como terapia na manutenção e desenvolvimento das capacidades e potencialidades da pessoa idosa e sua integração na comunidade
  - Perfil do animador
- Técnicas de animação
  - Técnicas de animação de grupos
  - Motivação
  - Dinâmica de grupos
  - Avaliação da aplicação das técnicas
  - Elaboração de um guião de entrevista
- Socioterapia
  - Importância da socioterapia
  - Trabalho produtivo e trabalho lúdico
  - Importância do lazer
  - Lazer e actividade
  - A 3.ª idade numa perspetiva preventiva

3541

**Animação no domicílio e em Instituições - planificação de atividades**

**Carga horária**  
50 horas

**Objetivo(s)**

- Planificar atividades de animação com pessoas idosas no domicílio e em Instituições.

**Conteúdos**

- Elaboração de um plano de actividades
- Definição de objectivos
- Identificação de recursos humanos, materiais e logísticos
- Definição de responsabilidades/tarefas
- Selecção de critérios de avaliação

3542

**Animação no domicílio e em Instituições - técnicas e atividades**

**Carga horária**  
50 horas

**Objetivo(s)**

- Desenvolver atividades de animação com pessoas idosas, no seu domicílio e em meio institucional.

**Conteúdos**

- Rotinas diárias
  - Higiene
  - Culinária
  - Costura
  - Jardinagem
- Actividades ligadas ou não a anteriores profissões
  - Artesanato local
  - Aspectos socioculturais das regiões

3543

**Psicologia da velhice**

**Carga horária**  
50 horas

**Objetivo(s)**

- Enunciar a importância da gerontopsicologia no reconhecimento dos problemas que se colocam à pessoa idosa.
- Reconhecer a importância da sexualidade na velhice.

**Conteúdos**

- Gerontopsicologia
  - Aspectos biológicos e psicológicos no envelhecer
    - Emoções e velhice
    - Motivação
    - Personalidade: tipologias
  - Tarefas evolutivas da velhice
    - Ajustamentos psicossociais da velhice
    - Fase final da vida/reflexão sobre a morte e o luto
  - Aspectos cognitivos do envelhecimento
    - Velhice e aprendizagem
    - Avaliação das funções cognitivas
    - Modificações nas funções cognitivas
      - inteligência, memória e aprendizagem
      - resolução de problemas e criatividade
- A sexualidade na velhice
  - Factores que influenciam a mudança de comportamento sexual na velhice
    - Crise da menopausa
  - Sexualidade depois dos 60 anos
  - Amor e sexualidade na pessoa idosa

3544

**Saúde da pessoa idosa - prevenção de problemas**

**Carga horária**  
50 horas

**Objetivo(s)**

- Reconhecer a importância dos fatores que contribuem para a promoção da saúde.
- Reconhecer os problemas de saúde mais comuns na terceira idade.
- Identificar o estado do doente terminal em domicílio, aplicando os métodos e as técnicas de avaliação e prevenção.
- Prestar cuidados, sob orientação, ao idoso em fase terminal.

**Conteúdos**

- Promoção da saúde
  - Conceito de saúde
  - Higiene corporal
  - Alimentação e nutrição
  - Exercício físico
  - Hábitos tóxicos
  - Higiene do meio físico e social
    - Adaptação domiciliária e prevenção de acidentes
    - Reabilitação e reinserção social
  - Vacinas
  - Doenças crónico-degenerativas: aspetos preventivos
  - Controlo da medicação
- Problemas de saúde
  - Problemas cardiovasculares
    - Hipertensão arterial
    - Angina de peito
    - Enfarte do miocárdio
    - Acidentes vasculares cerebrais
  - Problemas respiratórios
  - Problemas gastrointestinais
  - Problemas hematológicos e oncológicos
  - Problemas endocrinológicos
  - Problemas genito-urinários
  - Problemas musculoesqueléticos
  - Problemas neurológicos e sensoriais
  - Problemas dermatológicos
  - Problemas oftalmológicos
  - Problemas infecciosos
- Métodos e técnicas aplicados ao doente em estado terminal
  - Abordagem compreensiva e multidimensional
  - Critérios de inclusão
  - Degradação funcional – métodos de avaliação e prevenção
- Cuidados em fase terminal
  - A higiene
  - O conforto
  - O apoio
  - Actuação após a morte
    - Corpo
    - Família
    - Formalidades

3545

## Higiene da pessoa idosa no domicílio

**Carga horária**  
50 horas

### Objetivo(s)

- Executar cuidados de higiene totais e parciais à pessoa idosa, conforme o seu grau de dependência.
- Descrever e executar medidas de higiene geral relativas ao meio ambiente que envolve a pessoa idosa.

### Conteúdos

- Cuidados de higiene
  - Cuidados parciais
    - Cabelo
    - Pele
    - Ouvidos
    - Olhos
    - Boca - prótese, dentes e língua
    - Mãos
    - Pés
    - Unhas
    - Períneo e órgãos genitais
  - Cuidados totais
    - Banho na banheira/chuveiro
    - Banho na cama
  - A pessoa idosa dependente
  - A pessoa idosa independente
- Higiene geral
  - Limpeza e desinfeção do quarto
  - Limpeza e desinfeção das instalações sanitárias
  - Limpeza e desinfeção das cozinhas
  - Limpeza e desinfeção de outras instalações
  - Limpeza e desinfeção do material de uso na higiene individual
  - Limpeza e desinfeção das mãos
  - Esterilização e desinfeção
  - Lixos

3546

## Prevenção e primeiros socorros - geriatria

**Carga horária**  
50 horas

### Objetivo(s)

- Identificar os fatores e utilizar as medidas que contribuem para a prevenção de úlceras de pressão.
- Reconhecer e utilizar medidas de prevenção do risco de acidente para a pessoa idosa no domicílio.
- Identificar alguns fatores que contribuem para o isolamento e imobilidade da pessoa idosa.
- Actuar em situações de emergência.

### Conteúdos

- Úlceras de pressão
  - Conceito de úlcera de pressão
  - Processo de desenvolvimento
  - Classificação
  - Factores de risco
  - Cuidados com a pele
  - Posicionamento
  - Transporte e manipulação do idoso
- Risco de acidente
  - Quedas
  - Intoxicações
  - Atropelamentos
  - Incêndios
- Isolamento e imobilidade
  - Envelhecimento físico e psicológico
  - Sedentarismo/desporto
  - Hábitos culturais/animação
  - Exercício físico e mobilidade
  - Patologias várias
    - Hipertensão arterial
    - Diabetes
    - Arterial
    - Diabetes
- Primeiros socorros
  - Primeiros socorros
    - Asfixia
    - Hemorragia
    - Traumatismo
    - Fracturas
    - Queimaduras
    - Reanimação cardiorrespiratória

3547

## Nutrição e dietética no domicílio

Carga horária  
50 horas

### Objetivo(s)

- Preparar uma ementa equilibrada segundo as necessidades da pessoa idosa, respeitando a qualidade do armazenamento e a higiene dos alimentos.

### Conteúdos

- Importância dos alimentos
- Grupos de alimentos e seus constituintes
- Apresentação das refeições
- Dietas mais comuns
- Fornecimento de refeições
  - Ambiente
  - Apresentação
- Higiene dos alimentos e da sua confecção
  - Higiene da cozinha
  - Higiene do manipulador
  - Higiene dos preparados
- Armazenamento, conservação e validade dos alimentos
  - Frescos
  - Enlatados
  - Congelados
  - Secos
  - Sugestões de dietas
  - Nutrição para pessoas idosas

3548

## Saúde - necessidades individuais em contexto institucional

Carga horária  
50 horas

### Objetivo(s)

- Executar os cuidados de higiene totais e parciais da pessoa idosa.
- Executar as medidas de higiene geral relativas ao meio ambiente que envolve a pessoa idosa.
- Executar as medidas de promoção do bem-estar da pessoa idosa.
- Reconhecer a realidade das Instituições de apoio à pessoa idosa.

### Conteúdos

- Cuidados de higiene
  - Cuidados parciais
  - Cuidados totais
- Higiene geral
  - Limpeza e desinfecção dos espaços e instalações
  - Limpeza e desinfecção dos equipamentos e materiais
- Medidas de promoção do bem-estar
  - Limpeza e desinfecção individual e colectiva
  - Prevenção das úlceras de pressão
  - Prevenção do risco de acidentes
  - Prevenção do isolamento e imobilismo da pessoa idosa
  - Utilização de meios de primeiros socorros
  - Adequação de ementas
  - Distribuição e fornecimento das refeições
  - Acompanhamento de refeições
  - Situações de emergência
- Geriatria - práticas profissionais
  - Observação participativa do quotidiano
  - Análise e compreensão das situações observadas



3549

Higiene da pessoa idosa em lares e centros de dia

Carga horária  
50 horas

**Objetivo(s)**

- Executar os cuidados de higiene da pessoa idosa e do meio envolvente.

**Conteúdos**

- Higiene corporal da pessoa idosa
  - Cuidados de higiene e conforto totais
  - Cuidados de higiene e conforto parciais
  - Grau de dependência da pessoa idosa
- Higiene do ambiente
  - Cuidados de limpeza e arrumação do quarto
    - cama
    - chão
    - roupa
    - objectos pessoais
  - Cuidados de limpeza e arrumação da casa de banho
    - loiças
    - chão
    - roupa
    - objectos pessoais
- Lavandaria
  - Colaboração nas tarefas de lavandaria
    - lavagem e secagem de roupa
  - Preparação e arrumação da roupa da pessoa idosa
  - Levantamento das necessidades de vestuário de uso pessoal da pessoa idosa

3550

Alimentação da pessoa idosa em lares e centros de dia

Carga horária  
50 horas

**Objetivo(s)**

- Colaborar na preparação e confeção de refeições.

**Conteúdos**

- Auxiliar a refeição
- Colaboração na preparação e confeção das refeições
- Restrições dietéticas e condicionantes físicas da pessoa idosa

3551

Animação em lares e centros de dia

Carga horária  
50 horas

**Objetivo(s)**

- Desenvolver atividades de animação/ocupação de tempos de lazer.

**Conteúdos**

- Momentos de lazer
- Estimulação de competências
- Ociosidade
- Contacto com o ambiente externo à Instituição
- Participação nas atividades planeadas pela Instituição

3552

**Patologia e efeitos psicossociais decorrentes da hospitalização da pessoa idosa**

**Carga horária**  
25 horas

**Objetivo(s)**

- Identificar as patologias que conduzem à hospitalização da pessoa idosa.
- Detectar precocemente sinais de alteração ou equilíbrio bio-psicossocial da pessoa idosa.
- Adquirir conhecimentos sobre a situação do doente terminal no hospital.
- Identificar consequências psicológicas e sociais da hospitalização da pessoa idosa.
- Promover a autonomia da pessoa idosa.

**Conteúdos**

- Patologias da pessoa idosa
  - Patologia cardiovascular
  - Patologia respiratória
  - Patologia hematológica e oncológica
  - Patologia neurológica e sensorial
  - Os acidentes
- Equilíbrio bio-psicossocial da pessoa idosa
  - Apessoaidosa portadora de doença crónica
    - Sinais e sintomas
    - Sinais de descompressão
    - Agudização da doença
  - Situações de emergência
    - Os acidentes
    - As intoxicações
- Internamento da pessoa idosa em estado terminal
  - Abordagem multidimensional
  - Cuidados específicos
- Hospitalização - efeitos psicossociais
  - A pessoa idosa e o hospital
    - Meio hospitalar
    - “Colegas” de quarto
    - Técnicos e estruturas de apoio
  - A hospitalização
    - Aspectos positivos/benefícios
      - tratamento
      - ganhos em saúde
    - Aspectos negativos
      - perda do quadro de referências
      - família
      - aumento dos níveis de dependência
- Autonomia da pessoa idosa
  - Minimizar os efeitos das hospitalizações na vida da pessoa idosa
    - Nas atividades da vida
      - higiene e alimentação
      - sono
      - ocupação e conforto
    - As visitas
    - A família da pessoa idosa
      - apoio
      - informação
      - preparação/ensino
  - O apoio extra-hospitalar
    - O recurso a outros recursos da sociedade
      - apoio domiciliário
      - centro de dia
      - lar
    - A alta médica e continuidade da prestação de cuidados
      - consultas
      - medicação
      - exames/tratamentos

3553

### Saúde mental na 3.<sup>a</sup> idade

Carga horária  
25 horas

#### Objetivo(s)

- Identificar as questões relacionados com a saúde mental em geral e com a saúde mental da pessoa idosa em particular.
- Enunciar as noções de psicopatologia da pessoa idosa.
- Diferenciar os recursos comunitários de apoio à pessoa idosa com doença mental.

#### Conteúdos

- Saúde mental e recursos
  - Saúde mental na 3.<sup>a</sup> idade
    - Definição
    - Promoção
    - Saúde mental e comunidade
- Psicopatologia da pessoa idosa
  - O normal e o patológico
    - Conceito de doença mental
  - Envelhecimento normal e patológico
  - Depressão na pessoa idosa
  - Psicopatologia do delírio
  - Perturbações sensoriais e delírio
- Recursos comunitários de apoio
  - Respostas sociais à velhice
    - Saúde e comunidade
    - O hospital e o seu papel face à pessoa idosa
    - Outros recursos
      - família
      - apoio domiciliário
      - lares

3554

### Animação em Instituições de saúde

Carga horária  
50 horas

#### Objetivo(s)

- Reconhecer a importância das atividades de ocupação / animação da pessoa idosa.

#### Conteúdos

- Terapia ocupacional
  - Objectivos
  - Planificação
  - Avaliação
- Técnicas de ocupação
  - Rotinas diárias
    - higiene
    - culinária
    - costura
    - jardinagem
  - Actividades manuais
    - pintura
    - colagem
    - desenho
    - tecelagem
    - picotagem
  - Actividades recreativas
    - passeios
    - festas
    - jogos
  - Actividades físicas
    - ginástica e jogos

3555

## Animação da pessoa idosa com doença mental

**Carga horária**  
50 horas

### Objetivo(s)

- Aplicar as técnicas de animação com a pessoa idosa com doença mental.

### Conteúdos

- Técnicas de animação de grupos
- Técnicas específicas
  - Musicoterapia e expressão corporal
  - Manuseamento de alguns materiais
- Avaliação das técnicas/progressos terapêuticos

#### 4. Sugestão de Recursos Didáticos

---

- Acolhimento de utentes e visitantes – Teresa de Sousa, 1999 (videograma)
- Actuação de emergência em situação de engasgamento, febre e convulsão (videograma)
- Animação e lazer – Teresa Ramilo, Instituto Monitor (videograma)
- Cadeira de rodas (A): um suporte para a autonomia (videograma)
- Enfermagem e cuidados básicos de saúde – António Pedro Hortelão, Soforma – formação profissional, 1999 (videograma)
- Enfermagem e cuidados básicos de saúde (videograma)
- Enquadramento Social do Idoso – Teresa Ramilo, Instituto Monitor, 2000
- Higiene no idoso acamado (videograma)
- Intervenção do animador social em idosos com limitações e dependências – José Manuel Gomes da Silva e Sousa, Kit de intervenção no apoio ao idoso, EPAR – Desenvolvimento, Ensino, Formação e Inserção, s.d. (Videograma)
- Intervenção do animador social em idosos com limitações e dependências – José Manuel Gomes da Silva e Sousa, Manual técnico do formador, Kit de intervenção no apoio ao idoso, EPAR – Desenvolvimento, Ensino, Formação e Inserção, s.d.
- Manual de psicologia do idoso – Teresa Ramilo, Instituto Monitor, 2000
- Manual do formador: Apoio a idosos em meio familiar – Maria do Carmo Cabêdo Sanches e Fátima João Pereira, Projecto Delfim, s.d.
- Manual técnico de mobilização do idoso – Teresa Ramilo, Instituto Monitor, 2000
- Movimentação de pacientes acamados – José Manuel Gomes da Silva e Sousa, Manual técnico do formador, Kit de intervenção no apoio ao idoso, EPAR – Desenvolvimento, Ensino, Formação e Inserção, s.d.
- Movimentação de pacientes acamados – José Manuel Gomes da Silva e Sousa, Manual técnico do formador, Kit de intervenção no apoio ao idoso, EPAR – Desenvolvimento, Ensino, Formação e Inserção, s.d. (Videograma)
- Movimentação de pacientes acamados – José Manuel Gomes da Silva e Sousa, Manual técnico do formador, Kit de intervenção no apoio ao idoso EPAR – Desenvolvimento, Ensino, Formação e Inserção, s.d.
- Movimentação de pacientes acamados – José Manuel Gomes da Silva e Sousa, Manual técnico do formador, Kit de intervenção no apoio ao idoso EPAR – Desenvolvimento, Ensino, Formação e Inserção, s.d. (videograma)
- Movimentação de pacientes acamados – José Manuel Gomes da Silva e Sousa, Manual técnico do formador, Kit de intervenção no apoio ao idoso EPAR – Desenvolvimento, Ensino, Formação e Inserção, s.d.
- Movimentação de pacientes acamados – José Manuel Gomes da Silva e Sousa, Manual técnico do formador, Kit de intervenção no apoio ao idoso EPAR – Desenvolvimento, Ensino, Formação e Inserção, s.d. (videograma)
- Prevenção e segurança – José Manuel Gomes da Silva e Sousa, Kit de intervenção no apoio ao idoso, EPAR – Desenvolvimento, Ensino, Formação e Inserção, s.d. (videograma)
- Prevenção e segurança – José Manuel Gomes da Silva e Sousa, Manual técnico do formador, Kit de intervenção no apoio ao idoso, EPAR – Desenvolvimento, Ensino, Formação e Inserção, s.d.
- Psicologia do adulto e do idoso – Helena Marchand, 2005
- Psicologia do envelhecimento do idoso – José H. Barros de Oliveira, Legis Editora, 2005
- Psicologia do idoso – Ana Castanho, Soforma – formação profissional, 1999
- Sector dos serviços de proximidade: serviços de acção social - Lisboa, IQF, 2005
- Segredos em geriatria: respostas necessárias ao dia-a-dia: em round, na clínica, em exames orais e escritos - Mary Ann Forciea e Risa Lavizzo-Mourey, Editora Artes Médicas Sul (1998)