

CURSO PROFISSIONAL DE TÉCNICO AUXILIAR DE SAÚDE

Planificação anual de Higiene, Segurança e Cuidados Gerais

(HSCG) - 11ºano

2025/2026

Turma: 11.º J1

Professora: Maria Luísa Plácido

1 - Estrutura e Finalidades da disciplina

É uma disciplina que faz parte da formação técnica e que possui três componentes: teórica, prática e prática simulada. Visa a integração e articulação dos diversos saberes estruturantes, incluídos na planificação dos dois módulos, designados como unidades de formação de curta duração (UFCD 's), na qualificação profissional visada no respetivo referencial de formação.

Pretende-se assim que os alunos adquiram conhecimentos básicos sobre: cuidados na higiene, conforto e eliminação e cuidados na saúde do idoso.

A disciplina tem, neste ano letivo, uma carga horária total de 100 horas (organizadas semanalmente em duas sessões de dois e três tempos de 45 minutos cada, que se distribuem por dois módulos independentes:

UFCD 6574: Cuidados de higiene, conforto e eliminação – 50 horas, equivalentes a 67 tempos.

UFCD 6576: Cuidados na saúde do idoso – 50 horas, equivalentes a 67 tempos.

O referencial de formação poderá ser consultado na formação tecnológica do curso profissional de Técnico Auxiliar de Saúde, Catálogo Nacional de Qualificações, no sítio da Agência Nacional para a Qualificação e o Ensino Profissional – www.catalogo.anqep.gov.pt/UFCD

2 - Planificação

A planificação seguinte foi aprovada pelo grupo de recrutamento 520 (Biologia e Geologia) a 3 de setembro de 2025.

Planificação anual de Higiene, Segurança e Cuidados Gerais (HSCG) - 11ºano

Período	Tópicos Programáticos	Nº de tempos previstos de 45 minutos
1.º e 2.º Período De 15/09 a 8/01 Previstos 67 tempos de 45 minutos	UFCD 6574 – Cuidados na higiene, conforto e eliminação	50 h (67 tempos)
	Apresentação: Programa, metodologia e avaliação.	2 tempos
	1. Noções gerais sobre necessidades humanas básicas. 1.1. Necessidades humanas básicas ao longo do ciclo de vida do indivíduo no contínuo saúde/doença. 1.2. O contributo do Auxiliar de Saúde, na equipa multidisciplinar, para a satisfação das necessidades humanas básicas do utente: higiene e conforto; alimentação; hidratação e eliminação fisiológica.	5 tempos
	2. Cuidados de higiene e conforto a utentes que necessitam de ajuda parcial ou total 2.1. A importância da higiene e do conforto para a saúde do utente 2.2. Questões relativas à privacidade, intimidade e sexualidade do utente - aspetos a ter em conta na interação. 2.3. Os principais fatores ambientais propiciadores de conforto/desconforto para o utente. 2.4. Os principais fatores pessoais do utente propiciadores de conforto/desconforto. 2.5. A técnica do banho. 2.5.1. Banho na cama. 2.5.2. Banho no chuveiro/banheira. 2.5.3. Banho na cadeira de banho assistido. 2.5.4. Banho na maca banheira. 2.6. Técnicas de substituição de roupas de cama e macas ocupadas. 2.7. Técnicas de vestir e despir o utente. 2.8. Materiais e equipamentos de higiene e conforto. 2.9. Produtos de higiene e conforto: características e aplicação. 2.10. Outros cuidados básicos de higiene e apresentação. 2.10.1. Cabelo 2.10.2. Unhas 2.10.3. Barba 2.10.4. Higiene oral 2.11. A colaboração em cuidados de higiene a utentes com sistemas de soros, drenagens, tubagens e/ou outros dispositivos.	25 tempos

Período	Tópicos Programáticos	Nº de tempos previstos de 45 minutos
	3. A Eliminação 3.1. Cuidados a ter no antes e após a eliminação. 3.1.1. Condições ambientais e de privacidade. 3.1.2. A limpeza e higiene parcial dos genitais. 3.2. Materiais e técnicas de apoio à eliminação. 3.2.1. Colocação e remoção do urinol. 3.2.1.1. Com a colaboração do utente. 3.2.1.2. Auxiliando o enfermeiro. 3.2.2. Colocação e remoção da arrastadeira. 3.2.2.1. Com a colaboração do utente. 3.2.2.2. Auxiliando o enfermeiro. 3.2.3. Colocação e substituição de fraldas. 3.2.3.1. Com a colaboração do utente. 3.2.3.2. Auxiliando o enfermeiro. 3.2.4. Transferência e posicionamento na cadeira sanitária. 3.2.4.1. Com a colaboração do utente. 3.2.5. Esvaziamento dos sacos coletores de urina com válvula 3.2.5.1. Cuidados de manuseamento. 3.2.6. Outros dispositivos de apoio à eliminação fisiológica - noções básicas: algalias, sondas vesicais, sondas retais, sacos de ostomia, sacos de nefrostomia, sacos de colostomia.	18 tempos
	4. Produtos de eliminação vesical e intestinal. 4.1. Urina: características, alterações e sinais de alerta. 4.2. Fezes: características, alterações e sinais de alerta.	5 tempos
	5. O âmbito de intervenção do/a Auxiliar de Saúde. 5.1. Tarefas a executar sob a supervisão direta de um enfermeiro. 5.2. Tarefas a executar sozinho/a, sob orientação e supervisão de um enfermeiro.	2 tempos
	Avaliação da UFCD: Testes ≥ 2 + Ficha/Trabalho ≥ 2 Autoavaliação	10 tempos

Período	Tópicos Programáticos	N.º de tempos
2.º e 3.º Período De 12/01 a 11/05 Previstos 67 tempos de 45 minutos	UFCD 6576 – Cuidados na saúde do idoso	50h (67 tempos)
	1. Análise demográfica 1.1. Conceito e características 1.2. Envelhecimento demográfico	5 tempos
	2. A problemática da prestação de cuidados ao idoso 2.1. A família como cuidadora informal 2.2. O isolamento	4 tempos
	3. Serviços de apoio à saúde do idoso emergente no mercado 3.1. Tipologia de serviços 3.2. Redes de suporte e recursos da comunidade (cuidados domiciliários) 3.3. O voluntariado e as redes informais de apoio	6 tempos
	4. O processo de envelhecimento. 4.1. Teorias do envelhecimento. 4.2. Dimensões biofisiológicas do envelhecimento humano. 4.3. Dimensões psicológicas do envelhecimento. 4.4. Contexto social do envelhecimento. 4.5. Preconceitos, mitos e estereótipos associados ao processo de envelhecimento. 4.5.1. Comportamentos e atitudes. 4.5.2. Estereótipos.	10 tempos
	5. Alterações na saúde do idoso 5.1. Alterações fisiológicas. 5.2. Alterações psicossociais. 5.3. Alterações nos hábitos de higiene. 5.4. Alterações nos cuidados de alimentação. 5.5. Alterações na mobilidade.	10 tempos
	6. Características das situações de doença mais frequentes na pessoa idosa. 6.1. Doenças físicas. 6.2. Alterações de comportamento. 6.3. Doenças degenerativas (demências).	8 tempos
	7. Acompanhamento do idoso nas atividades diárias, promovendo a autonomia / independência da pessoa idosa. 7.1. Alimentação. 7.2. Eliminação fisiológica 7.3. Higiene e hidratação 7.4. Sono e repouso 7.5. Controlo da dor e outros sintomas 7.6. A relação com o idoso (estratégias de comunicação) 7.7. A promoção da autonomia e independência 7.8. A prevenção de acidentes: quarto, cozinha, casa de banho, escadas 7.9. A importância da ocupação dos tempos livres e do ócio 7.10. A higienização em casa	12 tempos



	8. O âmbito de intervenção do/a Auxiliar de Saúde 8.1. Tarefas a executar sob a supervisão directa de um enfermeiro 8.2. Tarefas a executar sozinho/a, sob orientação e supervisão de um Enfermeiro	2 tempos
	Avaliação da UFCD: (Testes ≥ 2 + Ficha/Trabalho ≥ 2) Autoavaliação	10 tempos

