

## REFERENCIAL DE FORMAÇÃO

*EM VIGOR*



Área de Formação

729. Saúde

Itinerário de Formação

72901. Tecnologias da Saúde

Código e Designação  
do Referencial de  
Formação

729173 - Técnico de Termalismo

Nível de Formação: 3

Modalidades de  
desenvolvimento

Educação e Formação de Adultos – Tipologias de nível secundário  
Formação Modular

Observações

## Índice

1. Introdução	3
2. Perfil de Saída	4
3. Organização do Referencial de Formação para Acesso à Qualificação	5
3.1. Qualificação de nível 3 - Curso EFA ou Formação Modular Condição de acesso: 9º ano	5
3.2. Qualificação de nível 3 - Curso EFA ou Formação Modular Condição de acesso: 10º ano	7
3.3. Qualificação de nível 3 - Curso EFA ou Formação Modular Condição de acesso: 11º ano	7
4. Referencial de Formação Global	8
5. Desenvolvimento das Unidades de Formação de Curta Duração (UFCD)	10
5.1. Formação de Base	10
5.2. Formação Tecnológica	48
6. Sugestão de Recursos Didáticos	69

## 1. INTRODUÇÃO

O desenvolvimento do termalismo e das termas de Portugal é uma aposta fundamental para que estes se transformem num atractivo turístico de grande potencial, que poderá alavancar o Turismo de Saúde e Bem-Estar no país, à semelhança do que sucede noutros países europeus.

Ao longo da história, os tratamentos termais têm sido utilizados como terapia por culturas muito diferentes. No entanto, como é do conhecimento geral, são os antigos romanos os verdadeiros precursores desta terapia, construindo balneários termais em muitas localidades das províncias do Império, como por exemplo na Lusitânia, ricas em nascentes minerais naturais. As virtudes excepcionais destas águas minerais naturais têm-se mantido inalteradas ao longo dos tempos, enquanto que as técnicas de aplicação e a evidência científica têm vindo a evoluir.

Tradicionalmente, o Termalismo está associado a centros de cura e reabilitação. Contudo, este conceito tem vindo a alterar-se e as termas surgem já como destinos de lazer e bem-estar. Acompanhando a diversificação de preocupações culturais e o aumento da esperança de vida, regista-se uma maior apetência pelas actividades de lazer, bem como pela ideia de permanecer jovem por mais tempo.

Em Portugal, esta regra não é excepção e verifica-se uma evolução positiva na frequência de ginásios e de centros de bem-estar. O conceito vai previsivelmente desenvolver-se e, a curto prazo, as termas terão um papel determinante na sua concretização. É crescente a preocupação das populações com os cuidados com o corpo e forma física, em busca de qualidade de vida.

Hoje, os balneários termais continuam a ser insubstituíveis para o tratamento de muitas patologias, através de técnicas cientificamente reconhecidas pela Organização Mundial de Saúde, mas a sociedade tem vindo a procurar na ambiência saudável das termas de Portugal muito mais do que apenas tratamentos. Busca-se o equilíbrio entre o corpo e a mente, visando viver com qualidade e saúde.

A consciência da importância da água na nossa vida é um conceito actual que tem vindo a ser explorado com o desenvolvimento da investigação científica. Uma vez que o corpo humano é maioritariamente constituído por água, é muito relevante que esta substância tenha uma frequência vibratória equilibrada. O homem quando inserido num ambiente com águas de características equilibradas tende a equilibrar-se; regista uma melhoria do seu bem-estar físico e psíquico.

Compete-nos assim aumentar a qualidade dos serviços a prestar, melhorando a qualificação dos recursos humanos, permitindo a rentabilização dos equipamentos das estâncias termais, num sector em expansão. É necessário proporcionar o desenvolvimento de saberes-fazer tecnológicos associados aos diversos equipamentos, sem descurar as competências associadas à regulação e vigilância dos mesmos e à adopção de comportamentos adequados em matéria de saúde, higiene e segurança no trabalho. Destaca-se ainda a importância de uma atitude atenta e empática com a situação específica de cada utente.

O domínio das várias vertentes do referencial de formação cujo perfil de saída é o Técnico de Termalismo contribuirá seguramente para que as termas portuguesas sejam cada vez mais competitivas como destinos de turismo de saúde e bem-estar.

(Fonte: [www.termasdeportugal.pt](http://www.termasdeportugal.pt) )

## 2. PERFIL DE SAÍDA

### Descrição Geral

O/A **Técnico de Termalismo** é o profissional qualificado para, de acordo com prescrição de técnicos superiores de saúde, orientar, organizar, controlar e assegurar funções inerentes ao processo terapêutico termal nas suas diversas aplicações – prevenção, cura e reabilitação, intervindo na óptica da promoção da saúde e do bem-estar.

### Actividades Principais

- Preparar e programar o serviço relativo aos cuidados a prestar, de acordo com as prescrições médicas.
- Proceder, de acordo com as prescrições médicas e sob o enquadramento dos Técnicos Superiores de Saúde, a tratamentos de terapia termal, utilizando diferentes técnicas.
- Assegurar a conservação, manutenção e higienização de equipamentos e instalações termais.
- Efectuar o registo das actividades realizadas e de eventuais ocorrências observadas ou referenciadas pelo aquista.
- Prestar os primeiros socorros e os cuidados básicos de saúde e bem-estar.

### 3. ORGANIZAÇÃO DO REFERENCIAL DE FORMAÇÃO PARA ACESSO À QUALIFICAÇÃO

#### 3.1. Qualificação de Nível 3 – Curso EFA ou Formação Modular

Condição de acesso: **9º ano**

	Código	UFCD	Horas
Formação de Base	CP_1	Liberdade e responsabilidade democráticas	50
	CP_4	Processos identitários	50
	CP_5	Deontologia e princípios éticos	50
	STC_5	Redes de informação e comunicação	50
	STC_6	Modelos de urbanismo e mobilidade	50
	STC_7	Sociedade, tecnologia e ciência - fundamentos	50
	CLC_5	Cultura, comunicação e média	50
	CLC_6	Culturas de urbanismo e mobilidade	50
	CLC_7	Fundamentos de cultura língua e comunicação	50
	...	UFCD opcional	50
	...	UFCD opcional	50
	Total		

**NOTA:** as UFCD opcionais<sup>1</sup> devem ser seleccionadas a partir do referencial de formação global na sua componente de formação de base constante no ponto 4.

#### Área de Carácter Transversal

PORTEFÓLIO REFLEXIVO DE APRENDIZAGEM - PRA  
**85 h**

	Código <sup>2</sup>	UFCD	Horas
Formação Tecnológica <sup>3</sup>	4858	1 Termalismo	50
	4859	2 Noções básicas de anatomia	25
	4860	3 Anatomia - sistemas	50
	4861	4 Biofisiologia	50
	4862	5 Patologias – noções básicas	50
	4863	6 Geriatria	25
	4864	7 Primeiros socorros - termalismo	50
	4865	8 Gestão de recursos hídricos e controlo de qualidade da água	25
	4866	9 Equipamentos termais, funcionamento e manutenção	25

<sup>1</sup> Estas UFCD podem ser mobilizadas a partir das UFCD de língua estrangeira (caso o adulto não detenha competências neste domínio) ou de qualquer uma das áreas de competências –chave.

<sup>2</sup> Os códigos assinalados a laranja correspondem a UFCD comuns a dois ou mais referenciais, ou seja, transferíveis entre saídas profissionais.

	Código	UFCD (cont.)	Horas
Formação Tecnológica	0349	10 Ambiente, segurança, higiene e saúde no trabalho – conceitos básicos	25
	4868	11 Noções de hidroterapia	25
	4869	12 Técnicas terapêuticas de hidrobalneoterapia	50
	4870	13 Técnicas de hidrobalneoterapia – duche termal e massagens em duche <i>vichy</i>	50
	4871	14 Técnicas de hidrobalneoterapia – duche subaquático e de agulheta	50
	4872	15 Técnicas de cinesioterapia - conceitos básicos	50
	4873	16 Técnicas de cinesioterapia – apoio ao fisioterapeuta	50
	4874	17 Electroterapia	50
	4875	18 Técnicas de hidrocinesioterapia – noções básicas	50
	4876	19 Técnicas de hidrocinesioterapia - piscinas	50
	4877	20 Técnicas de hidrocinesioterapia – tanques de Hubbard	25
	4878	21 Técnicas de otorrinolaringologia e hidropínia	50
	4879	22 Massagem manual – conceitos básicos	25
	4880	23 Massagem manual local	50
	4881	24 Massagem manual geral	50
	4882	25 Lamas	50
	0683	26 Ética e deontologia profissionais	25
4884	27 Relacionamento interpessoal - atendimento	25	

<sup>3</sup> À carga horária da formação tecnológica podem ser acrescidas 210 horas de formação prática em contexto de trabalho, sendo esta de carácter obrigatório para o adulto que não exerça actividade correspondente à saída profissional do curso frequentado ou uma actividade profissional numa área afim.

### 3.2. Qualificação de Nível 3 – Curso EFA ou Formação Modular

Condição de acesso: 10º ano

Formação de Base	Código	UFCD	Horas
	STC_7	Sociedade, tecnologia e ciência - fundamentos	50
	CLC_7	Fundamentos de cultura língua e comunicação	50
	...	UFCD opcional	50
	...	UFCD opcional	50
Total			200

**NOTA:** as UFCD opcionais<sup>4</sup> devem ser seleccionadas a partir do referencial de formação global na sua componente de formação de base constante no ponto 4.

#### Área de Carácter Transversal

PORTEFÓLIO REFLEXIVO DE APRENDIZAGEM - PRA

70 h

#### Formação Tecnológica<sup>5</sup>

Totalidade das UFCD desta componente de formação constante no referencial de formação global identificado no ponto 4.

### 3.3. Qualificação de Nível 3 – Curso EFA ou Formação Modular

Condição de acesso: 11º ano

Formação de Base	Código	UFCD	Horas
	STC_7	Sociedade, tecnologia e ciência - fundamentos	50
	CLC_7	Fundamentos de cultura língua e comunicação	50
Total			100

#### Área de Carácter Transversal

PORTEFÓLIO REFLEXIVO DE APRENDIZAGEM - PRA

65 h

#### Formação Tecnológica<sup>6</sup>

Totalidade das UFCD desta componente de formação constante no referencial de formação global identificado no ponto 4.

<sup>4</sup> Estas UFCD podem ser mobilizadas a partir das UFCD de língua estrangeira (caso o adulto não detenha competências neste domínio) ou de qualquer uma das áreas de competências –chave.

<sup>5</sup> À carga horária da formação tecnológica podem ser acrescidas 210 horas de formação prática em contexto de trabalho, sendo esta de carácter obrigatório para o adulto que não exerça actividade correspondente à saída profissional do curso frequentado ou uma actividade profissional numa área afim.

<sup>6</sup> Idem.

#### 4. REFERENCIAL DE FORMAÇÃO GLOBAL

### Educação e Formação de Adultos (EFA)

Áreas de Competência Chave	Código	UFCD	Horas	
Formação de Base	Cidadania e Profissionalidade	CP_1	Liberdade e responsabilidade democráticas	50
		CP_2	Processos sociais de mudança	50
		CP_3	Reflexão e crítica	50
		CP_4	Processos identitários	50
		CP_5	Deontologia e princípios éticos	50
		CP_6	Tolerância e mediação	50
		CP_7	Processos e técnicas de negociação	50
		CP_8	Construção de projectos pessoais e sociais	50
	Sociedade, Tecnologia e Ciência	STC_1	Equipamentos – princípios de funcionamento	50
		STC_2	Sistemas ambientais	50
		STC_3	Saúde – comportamentos e instituições	50
		STC_4	Relações económicas	50
		STC_5	Redes de informação e comunicação	50
		STC_6	Modelos de urbanismo e mobilidade	50
		STC_7	Sociedade, tecnologia e ciência - fundamentos	50
	Cultura, Língua e Comunicação	CLC_1	Equipamentos – impactos culturais e comunicacionais	50
		CLC_2	Culturas ambientais	50
		CLC_3	Saúde – língua e comunicação	50
		CLC_4	Comunicação nas organizações	50
		CLC_5	Cultura, comunicação e média	50
		CLC_6	Culturas de urbanismo e mobilidade	50
		CLC_7	Fundamentos de cultura língua e comunicação	50
	CLC_LEI	Língua estrangeira - iniciação	50	
	CLC_LEC	Língua estrangeira - continuação	50	

#### Área de Carácter Transversal

PORTEFÓLIO REFLEXIVO DE APRENDIZAGEM - PRA

10-85h

	Código <sup>7</sup>	UFCD	Horas
Formação Tecnológica <sup>8</sup>	4858	1 Termalismo	50
	4859	2 Noções básicas de anatomia	25
	4860	3 Anatomia - sistemas	50
	4861	4 Biofisiologia	50
	4862	5 Patologias – noções básicas	50
	4863	6 Geriatria	25
	4864	7 Primeiros socorros - termalismo	50
	4865	8 Gestão de recursos hídricos e controlo de qualidade da água	25
	4866	9 Equipamentos termais, funcionamento e manutenção	25
	0349	10 Ambiente, segurança, higiene e saúde no trabalho – conceitos básicos	25
	4868	11 Noções de hidroterapia	25
	4869	12 Técnicas terapêuticas de hidrobalneoterapia	50
	4870	13 Técnicas de hidrobalneoterapia – duche termal e massagens em duche <i>vichy</i>	50
	4871	14 Técnicas de hidrobalneoterapia – duche subaquático e de agulheta	50
	4872	15 Técnicas de cinesioterapia - conceitos básicos	50
	4873	16 Técnicas de cinesioterapia – apoio ao fisioterapeuta	50
	4874	17 Electroterapia	50
	4875	18 Técnicas de hidrocinesioterapia – noções básicas	50
	4876	19 Técnicas de hidrocinesioterapia - piscinas	50
	4877	20 Técnicas de hidrocinesioterapia – tanques de Hubbard	25
	4878	21 Técnicas de otorrinolaringologia e hidropínia	50
	4879	22 Massagem manual – conceitos básicos	25
	4880	23 Massagem manual local	50
	4881	24 Massagem manual geral	50
	4882	25 Lamas	50
	0683	26 Ética e deontologia profissionais	25
	4884	27 Relacionamento interpessoal - atendimento	25

<sup>7</sup> Os códigos assinalados a laranja correspondem a UFCD comuns a dois ou mais referenciais, ou seja, transferíveis entre saídas profissionais.

<sup>8</sup> A carga horária da formação tecnológica podem ser acrescidas 210 horas de formação prática em contexto de trabalho, sendo esta de carácter obrigatório para o adulto que não exerça actividade correspondente à saída profissional do curso frequentado ou uma actividade profissional numa área afim.

## 5. DESENVOLVIMENTO DAS UNIDADES DE FORMAÇÃO DE CURTA DURAÇÃO (UFCD)

### 5.1. Formação de Base

CP_1	Liberdade e responsabilidade democráticas	Carga horária 50 horas
------	---	---------------------------

#### Resultados de Aprendizagem

- Reconhece as responsabilidades inerentes à liberdade pessoal em democracia.
- Assume direitos e deveres laborais enquanto cidadão activo.
- Identifica os direitos fundamentais de um cidadão num estado democrático contemporâneo.
- Participa consciente e sustentadamente na comunidade global.

#### Conteúdos

##### Compromisso Cidadão/Estado

*Conceitos-chave: identidade; liberdade; igualdade; participação; cidadania; Estado; democracia; sociedade civil; organização política dos estados democráticos.*

- Conceito de liberdade pessoal em democracia
- Exercício da liberdade e da responsabilidade de cada cidadão
- Direitos/Liberdades e Deveres/Responsabilidades do cidadão no Portugal contemporâneo
- Direitos e deveres pessoais, laborais e sociais em confronto
- Papel da sociedade civil na Democracia
  - Função reguladora das instituições da sociedade civil na construção da democracia
  - Instituições da sociedade civil com impacto na construção da democracia: instituições políticas; associações da defesa do consumidor; corporações; associações profissionais; associações ambientalistas, entre outras
  - Construção social e cultural de novas práticas de cidadania

##### Direitos, liberdades e garantias dos trabalhadores

*Conceitos-chave: representação; direitos, liberdades e garantias dos trabalhadores; direitos e deveres de cidadania; direitos civis, direitos sociais; direitos políticos; responsabilidade social empresarial; condição perante o trabalho.*

- Mecanismos reguladores dos direitos laborais
  - O Código do Trabalho
  - Organismos e serviços de protecção dos direitos laborais, nacionais e transnacionais
- Direitos laborais, direitos económicos e/ou de mercado: problematização do jogo entre os direitos dos trabalhadores - adquiridos ou pretendidos - e a lógica liberal regente na maioria das estruturas empresariais

##### Democracia representativa e participada

*Conceitos-chave: Estado; órgãos de soberania; organização política dos Estados Democráticos; descentralização; cultura política, representação.*

- Organização do Estado Democrático português
  - A Constituição da República Portuguesa
  - Os órgãos de soberania: competências e interligação
- Regiões Autónomas e especificidades do seu regime político-administrativo
- O Poder Local
  - Órgãos e atributos
  - Os novos desafios do poder local
- Contributos do cidadão na promoção, construção e defesa dos princípios democráticos de participação e representatividade: a responsabilidade e capacidade de fazer escolhas

CP\_1

Liberdade e responsabilidade democráticas

Carga horária  
50 horas

---

**Conteúdos** (Continuação)

---

**Comunidade global**

*Conceitos-chave: norma; igualdade; fronteira; direitos e deveres de cidadania; comunidade; transnacionalidade.*

- Cidadania europeia
  - Tratado de Maastricht
  - Tratado de Lisboa
  - Direitos dos cidadãos europeus
  - Livre circulação de pessoas: residir, estudar e trabalhar no espaço comum europeu
- Direitos fundamentais do Homem: Declaração Universal dos Direitos do Homem e outros documentos-chave

**Áreas do Saber:** Sociologia; Filosofia; Direito; Relações Internacionais; Geografia; Economia; Psicologia.

---

CP_2	Processos sociais de mudança	Carga horária 50 horas
------	------------------------------	---------------------------

### Resultados de Aprendizagem

- Integra informação diversa necessária à resolução de problemas nas várias dimensões da vida quotidiana, recorrendo a novas técnicas e tecnologias.
- Reconhece novas técnicas e modelos organizacionais de trabalho e implementa, fundamentadamente, esses processos.
- Identifica os constrangimentos pessoais e institucionais para a participação associativa e ultrapassa conscientemente esses obstáculos.
- Reconhece factos, factores e dinâmicas de intervenção numa comunidade global, integrando-os na sua actuação como profissional e cidadão.

### Conteúdos

#### Aprendizagem ao longo da vida

*Conceitos-chave: aprendente; competência; autonomia; desenvolvimento pessoal e social; tecnologias da informação e comunicação; aprendizagem ao longo da vida; sociedade do conhecimento.*

- A condição de aprendente
  - Noção de aprendente
  - Noções de *Lifelong e lifewide*
  - Apropriação do conceito de aprendizagem significativa
  - Dinâmicas formais, informais e não formais de aquisição e renovação de competências ao longo e nos vários domínios da vida
  - Importância de práticas de reflexão e auto-avaliação criteriosas e conscientes
  - Dimensões da aprendizagem ao longo da vida: saber-ser, saber-estar, saber-saber e aprender a aprender
  - Aprendizagem ao longo da vida enquanto motor de regeneração local e nacional e prática fundamental para a participação sustentada na sociedade do conhecimento
- Recurso às novas tecnologias
  - Pesquisa, organização, reformulação e gestão da informação
  - Construção de novas práticas inerentes à gestão complexa e multidimensional da vida pessoal e profissional, designadamente no que diz respeito à facilitação de acesso a serviços e práticas de trabalho cooperativo (nomeadamente a distância)

#### Novos processos de trabalho

*Conceitos-chave: autonomia; organização e gestão do trabalho; responsabilidade social empresarial.*

- Recurso a novas técnicas/ferramentas de organização e gestão de trabalho, com o objectivo de solucionar problemas através da adopção de práticas inovadoras: os exemplos do teletrabalho e da transformação organizacional (organigramas horizontais e verticais)
- Implicações da responsabilidade social das empresas

#### Movimentos associativos na sociedade civil

*Conceitos-chave: actores de desenvolvimento; intervenção social; sociedade civil; empreendedorismo social.*

- Função social dos movimentos colectivos
- Princípios de organização e dinamização das associações civis
- Gestão da vida pessoal e profissional com vista à participação associativa: empreendedorismo social

CP\_2

Processos sociais de mudança

Carga horária  
50 horas

### Conteúdos (Continuação)

#### Instâncias supranacionais dinamizadoras da intervenção comunitária

*Conceitos-chave: globalização; local/global; unidade na diversidade; cidadania mundial.*

- Instituições de intervenção à escala macro-social, de acordo com várias áreas
  - Sustentabilidade e meio ambiente; saúde; solidariedade/direitos sociais; direitos humanos; comércio; entre outros
- Impactos da globalização na intervenção comunitária (e vice-versa)
  - Os novos desafios da cidadania: existe uma cidadania planetária?
  - A interdependência das escalas global-local
  - Os actores da globalização
  - O papel da globalização na construção de uma nova cidadania
  - Papel das novas tecnologias no funcionamento e dinamização em rede das entidades
  - Contributos da globalização para o reconhecimento e a promoção da multiculturalidade e da diversidade

**Áreas do Saber:** Sociologia; Psicologia; Filosofia; Geografia; Direito; Relações Internacionais; Economia.

CP\_3

Reflexão e crítica

Carga horária  
50 horas

### Resultados de Aprendizagem

- Identifica as condicionantes pessoais de preconceito e age com vista à sua desconstrução.
- Reconhece a importância de uma cultura de rigor no desempenho profissional, como uma nova atitude de civismo apurado.
- Distingue modelos institucionais de escala local e nacional e respectivas atribuições.
- Interpreta criticamente os mecanismos de formação de estereótipos culturais e sociais, com vista a um distanciamento crítico.

### Conteúdos

#### Representações pessoais e sociais de estereótipos e preconceitos:

*Conceitos-chave: preconceito; estereótipo; discriminação; diferença; unidade na diversidade.*

- Noção de estereótipos e preconceitos dominantes
- Distinção e inter-relação dos conceitos de estereótipo e de preconceito
- Identificação de comportamentos de preconceito na relação com a diferença, nomeadamente quanto a: etnias, religiões, género, portadores de necessidades especiais, grupos profissionais, grupos sociais, entre outros

#### Paradigma de uma cultura de rigor no desempenho profissional:

*Conceitos-chave: competência/performance; organização; cultura de rigor; desempenho profissional; multiculturalidade*

- Relação com: cultura de cooperação, cultura de ambição, cultura de participação e empreendedorismo e cultura de inovação
- Espírito de cooperação, integração e abertura multiculturais
- Dinâmicas de regulação/diferenciação qualitativa positiva
  - Cumprimento de horários, cronogramas e objectivos, na promoção do respeito pelos factores “tempo” e “qualidade”
  - Rotinas de avaliação
  - Posicionamento profissional entre a “disciplina” e a “inovação e mudança”
  - Sentido de crítica e Sentido de responsabilidade

#### Análise e comparação crítica de modelos institucionais:

*Conceitos-chave: local/global; identidade territorial; metodologias de trabalho; divisão administrativa.*

- Modelos de administração territorial: gestão das competências ao nível local e nacional
- Instituições de intervenção/impacto local e nacional
- Funções, atribuições e conteúdos funcionais de diferentes modelos institucionais, nomeadamente quanto a
  - Metodologias de trabalho e gestão institucional, com vista à promoção da eficácia
  - Implementação de uma cultura de rigor

#### Sociedade da informação

*Conceitos-chave: comunicação; média; sociedade da informação; globalização.*

- Virtualidades e problemáticas de uma cultura de massas: relação entre os média e o espaço público - opinião pública e publicada
- Mecanismos de adesão e difusão dos média quanto a estereótipos e preconceitos dominantes
- Papel das novas tecnologias na formação da opinião pública

**Áreas do Saber:** Sociologia; Psicologia; Filosofia; Direito; Economia.

CP\_4

Processos identitários

Carga horária  
50 horas

### Resultados de Aprendizagem

- Assume condutas adequadas às instituições e aos princípios de lealdade comunitária.
- Integra o colectivo profissional com noção de pertença e lealdade.
- Reconhece a diversidade de políticas públicas de inserção e inclusão multicultural.
- Valoriza a interdependência e a solidariedade enquanto elementos geradores de um património comum da humanidade.

### Conteúdos

#### Fundamentação dos princípios de conduta na relação com “o outro”

*Conceitos-chave: igualdade; diferença; unidade na diversidade; equidade; direitos civis; direitos sociais; prospectividade.*

- Princípios de conduta: empatia, reacção compassiva e solidariedade
- Princípios de igualdade e equidade
  - A diversidade, a aceitação e a tolerância como elementos prospectivos das sociedades contemporâneas
  - As principais manifestações de intolerância à diferença: racismo e xenofobia, desigualdades de género, estado civil, homofobia e transfobia, portadores de necessidades especiais, religião ou crenças religiosas, edaísmo

#### Papel da deontologia na construção de uma cultura organizacional

*Conceitos-chave: motivação; ética; deontologia; organização; relações interpessoais; multiculturalidade.*

- Códigos de conduta no contexto profissional
  - Pertença e lealdade no colectivo
  - Relacionamento e inserção multicultural no trabalho
- Participação na construção dos objectivos organizacionais à luz de uma cultura de rigor
  - Mecanismos de motivação e realização pessoal e profissional e sua relação com a produtividade
  - Convergência entre os objectivos organizacionais e as motivações pessoais
- O papel da autonomia e da responsabilidade no planeamento e estruturação de metas

#### Políticas públicas de inclusão

*Conceitos-chave: condição humana; fluxos migratórios; unidade e diversidade; educação para a cidadania; organização política dos Estados democráticos.*

- Dispositivos e mecanismos de concertação social
- Organismos institucionais de combate à discriminação, à escala nacional e internacional
- A educação para a cidadania e a preservação da unidade na diversidade
- Impactos económicos, culturais e sociais dos fluxos migratórios no Portugal Contemporâneo

#### Uma nova identidade europeia em construção: o papel da multiculturalidade e da diversidade

*Conceitos-chave: democracia; justiça; cultura; cidadania mundial; multiculturalidade; Direito Internacional.*

- Dimensão supranacional dos poderes do Estado
- Exploração do conceito de Património Comum da Humanidade e suas implicações na actuação cívica à escala mundial
- Respeito/solidariedade entre identidades culturais distintas
- Relações jurídicas a um nível macro: agentes de nível governamental e sociedade civil
- Exploração de documentos estruturantes da construção europeia

**Áreas do Saber:** Filosofia, Psicologia; Economia; Direito, Relações Internacionais; Geografia; História, Sociologia.

CP\_5

Deontologia e princípios éticos

Carga horária  
50 horas

### Resultados de Aprendizagem

- Posiciona-se, em consciência, relativamente a valores éticos e culturais.
- Articula responsabilidade pessoal e profissional, adoptando normas deontológicas e profissionais.
- Identifica factores éticos de promoção do desenvolvimento institucional.
- Reconhece condutas éticas conducentes à preservação da solidariedade e do respeito numa comunidade global.

### Conteúdos

#### Princípios fundamentais da ética

*Conceitos-chave: ética, deontologia, consciência.*

- Ética, Doutrina, Deontologia e Moral
  - Exploração dos conceitos
  - Distinção e intersecção entre campos de reflexão/intervenção
  - O método analítico como fundamentação da Ética
- Valores fundamentais de um código de ética
- A ética e a liberdade: responsabilidade e intencionalidade

#### Códigos de ética e padrões deontológicos

*Conceitos-chave: deontologia, códigos de ética; conduta profissional, dever.*

- Os códigos de ética pessoal e a deontologia profissional: da “ciência dos costumes” ao conjunto de deveres, princípios e normas específicos de um grupo profissional
- O papel das normas de conduta profissional na definição da deontologia de uma profissão
- Relação entre as normas deontológicas e a responsabilidade social de um grupo profissional
- Dinâmica entre a responsabilidade profissional e os diferentes contextos sociais

#### Ética e desenvolvimento institucional

*Conceitos-chave: igualdade; diferença; organização comunitária.*

- Relação entre a ética individual e os padrões de ética institucional
- Os códigos de ética e conduta institucional como elementos de identidade e formação de princípios reguladores das relações inter-pessoais e socioculturais
- O papel dos princípios éticos e deontológicos institucionais na mediação de conflitos colectivos

#### Comunidade Global

*Conceitos-chave: nexo local/global; globalização.*

- A globalização e as novas dimensões de atitudes: local, nacional, transnacional e global
- Internacionalização, transnacionalidade e os problemas éticos colocados pela globalização
- As ambivalências do processo de globalização, nomeadamente
  - Abertura de mercados: ética na competitividade
  - Esmatimento de fronteiras: ética para a igualdade/inclusão
- A construção de uma cidadania mundial inclusiva
  - Importância da criação de plataformas de convergência e desenvolvimento, com vista a uma integração económica mundial
  - Dimensão ética do combate às desigualdades económico-sociais, no âmbito da globalização

**Áreas do Saber:** Filosofia; Antropologia; Sociologia; Geografia; História; Psicologia.

CP_6	Tolerância e mediação	Carga horária 50 horas
------	-----------------------	---------------------------

### Resultados de Aprendizagem

- Age sobre a diversidade e a diferença com tolerância, enquanto valor democrático consciente.
- Intervém aplicando princípios de negociação em contexto profissionais.
- Reconhece a comunidade política enquanto representativa de um projecto de intervenção plural.
- Participa activamente na mediação intercultural, enquanto factor de gestão de tolerância e de abertura moral.

### Conteúdos

#### Democracia representativa

*Conceitos-chave: democracia; participação política; cidadania; comunidade política.*

- Conceito de democracia
  - Mecanismos da democracia e formas de participação ao dispor do cidadão
  - Papel da cidadania participativa na relação entre sociedade civil, estado e mercado
- Cidadania representativa e integradora da diferença
  - Dispositivos e mecanismos de concertação social
  - Importância da concertação social na defesa dos diferentes interesses dos cidadãos
- O respeito pela diversidade cultural e os direitos de cidadania
  - Diversidade cultural com elemento potenciador da identidade comunitária

#### Tolerância e abertura na actividade profissional

*Conceitos-chave: intervenção; tolerância; abertura.*

- A tolerância nas relações profissionais como
  - Premissa de uma cultura de rigor e exigência
  - Respeito das diferenças: abertura face a opiniões e posturas diferentes e/ou divergentes
- Deontologia profissional e tolerância: processos de negociação ao nível pessoal e institucional
- Multiculturalidade e heterogeneidade no local de trabalho: processos de desconstrução de preconceitos e estereótipos, como factores de inclusão e desenvolvimento

#### Portugal como país multiétnico e multicultural

*Conceitos-chave: comunidade política; fluxos migratórios; pluralidade; multiculturalidade.*

- Pluralidade e heterogeneidade nas sociedades contemporâneas: diferentes contributos para a construção da identidade territorial
- A comunidade política e a identidade partilhada: a importância das diversas perspectivas políticas na construção de uma sociedade plural ( Análise de programas políticos diversos relativamente a uma dada temática de interesse nacional)
- Efeitos da multiculturalidade
  - Portugal como país de acolhimento: efeitos económicos, culturais e sociais dos novos fluxos migratórios em Portugal
  - Reflexão fundamentada sobre a emigração e a imigração em Portugal (por exemplo, a partir da análise de dados estatísticos)

#### O respeito pela diversidade cultural: direito ou dever da cidadania?

*Conceitos-chave: mediação; património ético comum.*

- A importância das atitudes de abertura face ao outro e à diferença na construção de um património ético comum.
  - Exploração do conceito de mediação intercultural
  - A mediação intercultural como recurso para o desenvolvimento social

**Áreas do Saber:** Sociologia, Antropologia; Direito; Psicologia; Filosofia.

CP_7	Processos e técnicas de negociação	Carga horária 50 horas
------	------------------------------------	---------------------------

### Resultados de Aprendizagem

- Integra opiniões divergentes, revelando abertura e receptividade.
- Reconhece e assume a assertividade como factor de mediação de conflitos entre vida pessoal e profissional.
- Assume a importância da participação em instituições deliberativas, reconhecendo os seus mecanismos de funcionamento.
- Distingue e aplica formas democráticas de intervenção pública.

### Conteúdos

#### A conciliação da vida privada, familiar e profissional

*Conceitos chave: papéis sociais; protecção social; responsabilidade social das empresas.*

- Transformações sociais emergentes na sociedade portuguesa e consequências na vida privada, familiar e profissional dos cidadãos
  - Novos papéis sociais de género, novas atitudes e novas identidades na vida familiar
  - Noção de distribuição equilibrada das tarefas (domésticas e de apoio à família), como elemento promotor da conciliação entre o privado, o familiar e o profissional
- Processos de conciliação entre a vida privada, familiar e profissional
  - Reorganização dos processos de trabalho e da gestão dos tempos de trabalho
  - Serviços de apoio ajustados às novas necessidades
- A legislação portuguesa e as directivas europeias sobre a conciliação da vida privada, familiar e profissional

#### Comportamento assertivo

*Conceitos-chave: direitos e deveres de cidadania; assertividade.*

- Assertividade como motor da realização e legitimação nos contextos pessoal, familiar e profissional
- Importância das técnicas assertivas de comunicação e os impactos nas relações humanas no trabalho
  - Articulação consciente dos direitos pessoais com os interesses do colectivo profissional
  - Auto-afirmação, positividade e aceitação dialogada
  - Princípio regulador de compromissos produtivos no espaço profissional

#### Mudanças sociais e novas dimensões de intervenção: as instituições deliberativas informais

*Conceitos-chave: Mediação; negociação; intervenção; intervenção social.*

- Elementos dinamizadores do desenvolvimento local e comunitário: o exemplo do associativismo
- Negociação e Mediação: definição e elementos distintivos fundamentais
- Estratégias de negociação e construção de acordos, segundo princípios assertivos
- Cidadania representativa e os dispositivos de concertação social
- Novos espaços democráticos de intervenção: os exemplos dos media e da internet
- As plataformas digitais e os movimentos de cidadania: novos poderes e novas responsabilidades na regulação das políticas públicas
- Formas democráticas de intervenção pública: a importância dos processos de discussão pública

#### Mudanças sociais e novas dimensões de intervenção: as instituições deliberativas formais

*Conceitos-chave: democracia participativa; instituições deliberativas; sistema eleitoral.*

- Princípios gerais da democracia participativa
- Princípios gerais do sistema eleitoral português
- Os sistemas eleitorais e legislativos como mecanismos reguladores da acção política
- O Poder executivo e a administração do interesse público
- Dinâmicas eleitorais no Portugal contemporâneo
- Instituições deliberativas de diferente escala
- Novos poderes e responsabilidades do cidadão na regulação das políticas públicas

**Áreas do Saber:** Sociologia; Antropologia; Economia; Filosofia; Direito; Psicologia.

CP\_8

Construção de projectos pessoais e sociais

Carga horária  
50 horas

### Resultados de Aprendizagem

- Explora recursos para uma gestão prospectiva e eficaz da vida pessoal.
- Convoca saberes e novas formas de gestão profissional para a resolução de problemas complexos.
- Cooperar e planifica projectos colectivos, em contextos não directivos e não formais.
- Mobiliza competências e altera comportamentos à luz de novos contextos de incerteza e de ambiguidade.

### Conteúdos

#### Gestão prospectiva da vida pessoal

*Conceitos-chave: papéis sociais; inovação; prospectividade; sociedade da informação; condição perante o trabalho; conciliação vida pessoal e profissional; responsabilidade social empresarial.*

- Papel das novas tecnologias na gestão da vida pessoal em toda a sua complexidade
- Planificação de projectos pessoais, tendo em conta variantes de constrangimento à sua concretização: gestão do tempo e do(s) espaço(s), enquadramento familiar, qualificações/competências pessoais e profissionais, factores económicos, entre outros
- A importância da criação de serviços inovadores de apoio ajustados às novas necessidades de conciliação da vida pessoal e profissional: o exemplo dos serviços de proximidade

#### Estratégias de revitalização de empresas e instituições: os novos papéis do indivíduo na organização

*Conceitos chave: empowerment; sinergia; autonomia; delegação, responsabilidade.*

- Políticas de *empowerment*
  - Liderança e delegação de poderes
  - Autonomia, descentralização e competitividade
  - *Empowerment* na promoção da intervenção social
- Métodos de prospecção
  - Marketing e análise de mercado
  - Prospecção e fidelização

#### Envolvimento e responsabilização na construção dos projectos colectivos: a construção de uma sociedade mais plural e solidária

*Conceitos chave: intervenção comunitária; empowerment; organização comunitária; discriminação.*

- A importância dos conceitos de negociação, planificação, dinamização e avaliação na definição de uma estratégia de intervenção comunitária
- Técnicas diversificadas de trabalho em equipa
- Aplicação de estratégias de *empowerment* em projectos colectivos de índole não directiva e não formal
- Agentes de promoção da igualdade a nível governamental: o Estado Português, a União Europeia, o Poder Local, Comissões para a Igualdade, entre outros
- Agentes de promoção da igualdade da sociedade civil: os cidadãos, as empresas, a escola, a comunicação social, as ONG, entre outros

#### Responsabilidades pessoais e institucionais em fenómenos colectivos

*Conceitos-chave: práticas individuais; responsabilidade social; direitos e deveres de cidadania; identidade partilhada.*

- As práticas individuais como conceito: o papel do indivíduo na valorização e construção da consciência colectiva
- O respeito da comunidade pela projecção da identidade individual
- Implicações do conceito de identidade partilhada
- Exploração de conceitos e práticas: os exemplos da reciclagem, do consumo sustentável, da prevenção e reutilização, da compostagem e do ecodesign

**Áreas do Saber:** Sociologia, Filosofia, Psicologia; Serviço Social; Geografia; Economia, Direito.

STC\_1

Equipamentos – princípios de funcionamento

Carga horária  
50 horas

### Resultados de Aprendizagem

- Opera com equipamentos e sistemas técnicos em contextos domésticos, identificando e compreendendo as suas normas de boa utilização e os seus diferentes utilizadores.
- Opera com equipamentos e sistemas técnicos em contextos profissionais, identificando e compreendendo as suas normas de boa utilização e seus impactos nas organizações.
- Interage com instituições, em situações diversificadas, discutindo e solucionando questões de teor técnico para a reparação ou melhor utilização de equipamentos e sistemas técnicos.
- Compreende e apropria-se das transformações nos equipamentos e sistemas técnicos.

### Conteúdos

#### Processos socio-históricos de apropriação dos equipamentos e sistemas técnicos

*Conceitos-chave: género, divisão social do trabalho, competitividade, poder, sociedade industrial, estrutura sociocultural.*

- Desigualdades de género na divisão social do trabalho e, em particular, das tarefas domésticas
- (Re)estruturação das organizações em função das competências e qualificações necessárias para a sua modernização e competitividade
- Relações de poder e instâncias mediadoras na introdução e uso dos equipamentos e sistemas técnicos (assistência, fiscalização, consultoria, etc.)
- Emergência e metamorfoses das sociedades industriais, através da interacção (dialéctica) entre estruturas socioculturais e desenvolvimento tecnológico

#### Dimensões científicas da aquisição, utilização e gestão dos equipamentos e sistemas técnicos

*Conceitos-chave: sistema, matéria, energia, eficiência, (des)equilíbrio sistémico, evolução tecnológica.*

- Princípios físicos e químicos elementares, segundo os quais operam os sistemas fundamentais (mecânicos, eléctricos e químicos) para o funcionamento dos equipamentos
- Diferentes fases que constituem o ciclo de vida dos equipamentos
- Modos de quantificar os equipamentos, enquanto elementos consumidores de matéria e de energia;
- Distintas alternativas tecnológicas, numa perspectiva comparativa, em função da eficiência com vista à satisfação das (diferentes) necessidades do utilizador
- Desequilíbrios no funcionamento dos equipamentos e formas de comunicá-los com eficiência aos agentes competentes (reparação, deposição, etc.)
- Fases, agentes e dinâmicas da evolução histórica dos equipamentos, no sentido de um processo contínuo e gradual de aproximação ao homem e à satisfação das suas necessidades

#### Aspectos do raciocínio matemático fundamentais para a utilização e gestão de equipamentos e sistemas técnicos

*Conceitos-chave: lógica, experimentação empírica, sucessão, variável, probabilidade, desempenho, fiabilidade.*

- Critérios de lógica na concepção dos equipamentos, distinguindo-se processos racionalizáveis e processos de experimentação empírica
- Procedimentos básicos de estatística na gestão do equipamento, compreendendo o período de vida útil de um equipamento como uma sucessão de utilizações discretas
- Formas de medição do desempenho de um equipamento ao longo de um certo período de tempo, relacionando-o com factores intrínsecos e extrínsecos
- Modos de tradução da fiabilidade de um equipamento (e de um sistema que inclua diversos equipamentos) em termos probabilísticos

**Áreas do Saber:** Física, Química, Sociologia, Economia, História, Matemática.

STC_2	Sistemas ambientais	Carga horária 50 horas
-------	---------------------	---------------------------

### Resultados de Aprendizagem

- Promove a preservação e melhoria da qualidade ambiental, através de práticas quotidianas que envolvem preocupações com o consumo e a eficiência energética.
- Pondera a aplicação de processos de valorização e tratamento de resíduos nas medidas de segurança e preservação ambiental.
- Diagnostica as tensões institucionais entre o desenvolvimento e a sustentabilidade, relativamente à exploração e gestão de recursos naturais.
- Interpreta as transformações ambientais ao longo dos tempos, sob diferentes pontos de vista, incluindo as suas consequências nas dinâmicas sociais e populacionais.

### Conteúdos

#### Abordagem socio-histórica das formas de representação e actuação sobre o ambiente

*Conceitos-chave: cosmo-visões, modernidade, padrão demográfico, política ambiental, sociedade de risco, reflexividade, sustentabilidade.*

- Diferentes relações dos povos e civilizações com o ambiente, associados a distintas cosmo-visões e diferentes recursos tecnológicos
- Emergência da modernidade como aprofundamento do controlo e manipulação sobre o ambiente, nas suas várias vertentes
- Associação desta mudança profunda na relação com o ambiente com a transformação dos padrões demográficos e migratórios
- Análise da relação complexa que os indivíduos estabelecem hoje com as políticas ambientais, particularmente visível nas polémicas públicas sobre a instalação de novos equipamentos com um impacto ambiental considerável
- As sociedades contemporâneas como sociedades de risco, implicando um aumento da reflexividade e sensibilidade social para formas mais sustentáveis (e seguras) de relação com o ambiente

#### Perspectivas político-geográficas sobre o ambiente e, em particular, a exploração e gestão dos recursos naturais

*Conceitos-chave: recurso natural, níveis de desenvolvimento, modelos de desenvolvimento, dependência energética, energia renovável.*

- Os diversos recursos naturais: distinção entre renováveis e não renováveis e debate sobre os desafios que se colocam à gestão dos segundos
- Relação das desigualdades na distribuição e consumo energéticos com os níveis e modelos de desenvolvimento das regiões
- A dependência de Portugal relativamente aos recursos do subsolo (em particular, em termos energéticos): implicações financeiras e ambientais da aposta em energias renováveis
- Quantidade e qualidade dos recursos hídricos, em função quer de factores climáticos quer da actividade humana
- Diversas instâncias administrativas e comerciais que regulam a aquisição e exploração dos recursos naturais, explorando tensões entre elas
- Distintos modelos de desenvolvimento, em contexto urbano e em contexto rural, caracterizados por diferentes modos de relação com o meio ambiente

STC\_2

Sistemas ambientais

Carga horária  
50 horas

### Conteúdos (Continuação)

#### Dimensão física e química dos sistemas ambientais

*Conceitos-chave: sistema ambiental, (des)equilíbrio sistémico, intervenção antropogénica, ciclo, matéria, energia, escala, contaminação.*

- Os diferentes elementos que constituem os sistemas ambientais: ar, água, solo e ecossistemas
- Princípios físicos e químicos que comandam os sistemas ambientais nos diferentes elementos, conhecendo os modelos teóricos desenvolvidos para interpretar a forma segundo aqueles operam
- Quantificação dos desequilíbrios nos sistemas ambientais, diagnosticando as causas associadas e, em particular, a dimensão da intervenção antropogénica sobre o ambiente
- A evolução dos sistemas ambientais: causas de desequilíbrios e modos de intervenção sobre as mesmas com vista à correcção dos seus efeitos
- Perspectiva sistémica dos sistemas ambientais, segundo o funcionamento em ciclos interligados de matéria e energia, em diferentes escalas
- Multidisciplinaridade e transversalidade dos problemas ambientais, ao nível da contaminação biológica e físico-química dos vários compartimentos ambientais (água, ar, solo, biota), resultante da emissão de poluentes, e das suas soluções, considerando as dimensões ecológica, social e económica do desenvolvimento sustentável

#### Conceitos matemáticos para o diagnóstico e intervenção de sistemas ambientais

- Utilidade(s) da matemática na interpretação e sistematização dos ciclos ambientais
- Modelos teóricos explicativos dos ciclos ambientais e sua explicitação formal em equações
- Grandezas fundamentais para o diagnóstico dos desequilíbrios em sistemas ambientais
- Métodos matemáticos para relacionar as causas dos desequilíbrios em sistemas ambientais e para dimensionar as soluções
- Leitura e construção de funções, na sua forma gráfica, numérica e analítica, na representação do comportamento dos sistemas ambientais

**Áreas do Saber:** Física, Química, Sociologia, História, Geografia, Matemática.

STC\_3

Saúde – comportamentos e instituições

Carga horária  
50 horas

### Resultados de Aprendizagem

- Adota cuidados básicos de saúde em função de diferentes necessidades, situações e contextos de vida.
- Promove comportamentos saudáveis e medidas de segurança e prevenção de riscos, em contexto profissional.
- Reconhece diversas componentes científicas e técnicas na tomada de decisões racionais no campo da saúde, na sua interação com elementos éticos e/ou políticos.
- Previne patologias, tomando em consideração a evolução das realidades sociais, científicas e tecnológicas.

### Conteúdos

#### **Modos psicológicos de relação com o corpo, quer nas rotinas de prevenção de riscos quer na resposta a crises originadas por doenças próprias ou de pessoas dependentes**

*Conceitos-chave: cognição, percepção, memória, aprendizagem, inteligência, sistema fisiológico, emoção, representação, apoio psicológico.*

- A importância da cognição nos comportamentos relativamente ao corpo e às doenças, através dos processos de percepção, memória, aprendizagem e inteligência
- Perspectiva dos fundamentos biológicos do comportamento, em termos dos principais sistemas fisiológicos relacionados com o comportamento (nervoso, endócrino e imunitário), e da sua inter-relação
- Processos fundamentais da cognição social que medeiam a relação do indivíduo com os demais, em particular, nos contextos de saúde (relação com médico, enfermeiro, farmacêutico, etc.)
- Integração dos aspectos cognitivos e emocionais na representação que o indivíduo constrói sobre si mesmo e nos cuidados de saúde que desenvolve
- Importância do apoio psicológico a indivíduos em situação de doença, distinguindo características do apoio profissionalizado e do apoio fornecido por familiares ou amigos

#### **Transformações históricas da forma como os indivíduos se representam e actuam sobre si mesmos e sobre terceiros, nos cuidados de higiene e saúde**

*Conceitos-chave: civilização, representação, antropocentrismo, ciência, democracia, controlo urbano, patologia, classe social.*

- Diferentes representações do indivíduo, do corpo e da medicina, associadas a distintas cosmo-visões e matrizes civilizacionais
- A revolução das concepções cosmológicas ocorrida ao longo dos séculos XV e XVI: o novo enfoque no indivíduo (antropocentrismo) e a emergência da ciência moderna (matematização do real)
- Existência de um processo civilizacional que, progressivamente, tem tornado mais sofisticada a relação dos indivíduos com o corpo e os seus cuidados de higiene e saúde
- Generalização dos sistemas nacionais de saúde, nos séculos XIX-XX, enquanto requisito quer da democracia quer de controlo urbano
- Principais patologias em diferentes épocas históricas, relacionando-as com as condições sociais, de higiene e de saúde vigentes
- Diferenças e assimetrias actuais entre classes sociais na sua relação com o corpo, no acesso a cuidados de saúde e, assim, na sua vulnerabilidade a diversas patologias

STC\_3

Saúde – comportamentos e instituições

Carga horária  
50 horas

### Conteúdos (Continuação)

#### Processos biológicos e fisiológicos que sustentam a vida

*Conceitos-chave: organismo, sistema, célula, substância química, (des)equilíbrio, doença.*

- Sistemas constituintes dos seres humanos (nervoso, circulatório, linfático, respiratório, digestivo, estrutura óssea)
- Da célula como unidade básica dos sistemas vivos à existência de diferentes tipos de células com funções específicas
- Interação dos sistemas intrínsecos ao ser vivo com elementos extrínsecos, incluindo substâncias químicas, que intervêm em processos como a alimentação, a respiração, a medicação, etc.
- Conceito de equilíbrio de cada um dos sistemas constituintes e do ser vivo como um todo, diagnosticando e interpretando possíveis desequilíbrios
- Relação entre o aparecimento de novas doenças e os desequilíbrios dos sistemas no ser vivo, compreendendo as intervenções necessárias para a retoma do seu funcionamento normal

#### Conteúdos matemáticos para a adoção de cuidados básicos de saúde

*Conceitos-chave: dose, proporção, concentração, variação, regulação, distribuição, disseminação, probabilidade, variável.*

- O conceito de dose e sua adequação em função das características do organismo (proporções)
- A medição dos níveis de concentração de substâncias no organismo e sua variação ao longo do tempo
- Quantidades de substância necessária para agir sobre os desequilíbrios do sistema e necessidade de regular os períodos de toma de medicamentos
- Distribuição e evolução, no tempo e no espaço, da disseminação de certas doenças numa população e num território
- Incidência (ou probabilidade) de uma doença sobre um determinado grupo ou população, em função das suas variáveis (genéticas, comportamentais, ambientais)

**Áreas do Saber:** Psicologia, Biologia, Química, História, Matemática.

STC_4	Relações económicas	Carga horária 50 horas
-------	---------------------	---------------------------

### Resultados de Aprendizagem

- Organiza orçamentos familiares, tendo em conta a influência dos impostos e os produtos e serviços financeiros disponíveis.
- Aplica princípios de gestão de recursos na compreensão e melhoria do funcionamento de organizações produtivas (públicas ou privadas).
- Perspectiva a influência dos sistemas monetários e financeiros na economia e na sociedade.
- Compreende os impactos dos desenvolvimentos sociais, tecnológicos e científicos, nos usos e gestão do tempo.

### Conteúdos

#### Dimensão socio-antropológica da organização das actividades produtivas e sua relação com as estruturas culturais

*Conceitos-chave: família, unidade de produção, unidade de consumo, modo de produção, matriz cultural, tempo, modernidade.*

- Diferentes modelos de família, enquanto unidade de produção e de consumo, bem como os seus referentes históricos e culturais
- Relação dos modos de produção com as estruturas e dinâmicas familiares em sociedades e épocas distintas
- Matrizes culturais que permitem (e condicionam) o desenvolvimento dos sistemas económicos
- O tempo enquanto construção social: a transformação radical da sua representação associada ao advento da modernidade

#### Dimensão económica das organizações produtivas e das sociedades

*Conceitos-chave: consumo, poupança, rendimento, coeficiente orçamental, produtividade marginal, economia de escala, moeda, custo de produção.*

- O consumo e a poupança enquanto actos (económicos e sociais) de utilização dos rendimentos, reconhecendo diferentes tipos de consumo e de poupança nas sociedades contemporâneas
- Evolução dos coeficientes orçamentais, relativamente à evolução dos níveis de rendimento
- Cálculo dos valores relativos à evolução da produção total e da produtividade marginal, em função das variações do factor trabalho
- Definição de economias de escala, explicitando-se os factores que as podem originar ou bloquear
- A importância da moeda no desenvolvimento económico, relacionando a evolução tecnológica com o processo de desmaterialização da moeda
- Distintos custos de produção, incluindo a variável tempo e explorando situações para os otimizar

#### Técnicas contabilísticas elementares para a gestão de unidades produtivas e de agrupamentos familiares

*Conceitos-chave: folha de cálculo, balanço contabilístico, activo, passivo, capital próprio, elemento patrimonial, dinâmica patrimonial, gestão sustentável.*

- Elaboração de folhas de cálculo, utilizando fórmulas na resolução de operações fundamentais da área económico-financeira
- Estrutura de um balanço: distinção entre activo, passivo e capital próprio, bem como entre os variados elementos patrimoniais
- A dinâmica patrimonial, a partir da elaboração de balanços sucessivos
- Distinção entre balanço inicial e final e desenvolvimento de modelos de previsão/simulação, com vários cenários, orientados para uma gestão sustentável

STC\_4

Relações económicas

Carga horária  
50 horas

### Conteúdos (Continuação)

#### Conteúdos matemáticos fundamentais para a gestão corrente de unidades produtivas e seu crescimento sustentável

*Conceitos-chave: decisão optimal, função, taxa de variação instantânea, taxa de variação média, programação linear.*

- Contributo da matemática para a tomada de decisões optimais, assim como as suas limitações
- Utilização de estudos gráfico, numérico e analítico de funções no cálculo da relação receitas/despesas, ao longo do tempo
- Conceitos de taxa de variação instantânea e taxa de variação média num intervalo
- Resolução numérica, graficamente e com recurso a programas computacionais (na folha de cálculo) de problemas de programação linear

**Áreas do Saber:** Economia, Contabilidade, Antropologia, Matemática.

STC\_5

Redes de informação e comunicação

Carga horária  
50 horas

### Resultados de Aprendizagem

- Entende as utilizações das comunicações rádio em diversos contextos.
- Perspectiva a interação entre a evolução tecnológica e as mudanças nos contextos organizacionais, bem como nas qualificações profissionais.
- Discute o impacto dos media na construção da opinião pública.
- Relaciona a evolução das redes tecnológicas com a transformação das redes sociais.

### Conteúdos

#### Aspectos socio-económicos do desenvolvimento e da implementação das tecnologias da informação e da comunicação

*Conceitos-chave: diversidade social, desigualdade social, investimento, inovação, meio de comunicação de massas, sociedade em rede.*

- Diferentes modos de relação com a tecnologia que coexistem nas sociedades contemporâneas, bem como a sua correlação com certas variáveis sociais (idade, qualificações, recursos económicos, formação específica, grupos de sociabilidade, etc.)
- Relação entre competências tecnológicas e crescimento económico, a nível individual, organizacional e societal
- Ponderação de soluções tecnológicas sustentáveis, a nível organizacional, a partir de uma estimativa dos seus custos e benefícios
- A importância do investimento em inovação tecnológica e em investigação e desenvolvimento na actividade económica
- A importância dos meios de comunicação de massas no desenvolvimento da democracia e da reflexividade social, em particular, através do fortalecimento (e possível controlo ou regulação) de uma “opinião pública”
- Implicações socio-económicas da difusão das redes tecnológicas, em particular, no desenvolvimento de uma nova configuração social, a sociedade em rede

#### Elementos tecnológicos centrais que estruturam o funcionamento dos sistemas de informação e comunicação

*Conceitos-chave: tecnologia da informação e comunicação, terminal, rede, intranet, internet, desempenho.*

- Os sistemas funcionais básicos das tecnologias de informação e comunicação (armazenagem e transferência de dados, construção, articulação e apresentação de informação)
- Os diversos tipos de tecnologias de informação e comunicação, caracterizando as suas dimensões individual e colectiva (terminais e redes)
- Principais elementos, estrutura e dinâmicas das redes informáticas fechadas (intranet) e abertas (internet)
- Aplicação das tecnologias de informação e comunicação nas múltiplas actividades humanas (produção, comércio, serviços, comunicação social, etc.)
- Limitações no desempenho e aplicação associadas à componente tecnológica das tecnologias de informação e comunicação

#### Conhecimentos científicos e matemáticos fundamentais para a compreensão e boa utilização das tecnologias da informação e da comunicação

*Conceitos-chave: princípio físico, código binário, linguagem, base de dados, estatística.*

- Os princípios físicos fundamentais que permitem a realização de operações pelos sistemas de informação e comunicação
- O código binário como linguagem da programação: estrutura e operações básicas
- Operações estatísticas básicas: construção de bases de dados, produção e interpretação de resultados estatísticos, na forma numérica e gráfica

**Áreas do Saber:** Economia, Sociologia, Física, Matemática.

STC_6	Modelos de urbanismo e mobilidade	Carga horária 50 horas
-------	-----------------------------------	---------------------------

### Resultados de Aprendizagem

- Associa conceitos de construção e arquitectura à integração social e à melhoria do bem-estar individual.
- Promove a qualidade de vida através da harmonização territorial em modelos de desenvolvimento rural ou urbano.
- Compreende os diferentes papéis das instituições que trabalham no âmbito da administração, segurança e território.
- Reconhece diferentes formas de mobilidade territorial (do local ao global), bem como a sua evolução.

### Conteúdos

#### Processos de mudança fundamentais na geografia das populações, em particular, os intensos fluxos de migração, emigração e imigração que ocorreram no território português, desde o início do século XX

*Conceitos-chave: densidade populacional, área urbana, êxodo rural, terciarização, modelo de desenvolvimento, emigração, imigração.*

- Distribuição da população no território português, enfatizando as grandes assimetrias regionais em termos de densidade populacional e a emergência de grandes áreas urbanas
- O processo de êxodo rural, litoralização e progressivo despovoamento do interior, a partir da transformação profunda dos critérios de atractividade e repulsividade dos diferentes locais
- Relação entre o crescimento das cidades, a melhoria das acessibilidades e a industrialização e terciarização dos sistemas económicos
- Diferentes modelos de desenvolvimento sustentável e de qualidade de vida, tanto em contexto urbano como em contexto rural
- Novas tendências na relação espaço-campo e, em particular, novos padrões residenciais, impulsionados pela melhoria das acessibilidades e das telecomunicações
- A situação de Portugal como um país de emigração e imigração: novas facetas deste fenómeno resultantes da criação de um território europeu de livre circulação

#### Princípios psicológicos associados à integração e bem-estar, com enfoque nos contextos de desenvolvimento e nos processos de mudança de meio envolvente

*Conceitos-chave: comunidade, bem-estar, modelo ecológico do desenvolvimento, adaptação, transferência cognitiva.*

- O funcionamento e o papel social das comunidades como promotoras de desenvolvimento e bem-estar pessoais
- Os diferentes contextos no modelo ecológico do desenvolvimento (macro-sistema, meso-sistema, exo-sistema, micro-sistema)
- Factores de risco e de protecção em cada um dos sistemas
- Mecanismos de adaptação e transferência cognitiva, inerentes a qualquer processo de mobilidade individual entre diferentes comunidades (possibilidades e limitações)

#### Conceitos fundamentais nos processos de construção do espaço de vivência (arquitectura) e de ordenamento do território

*Conceitos-chave: necessidade, satisfação, habitat, espaço, urbanidade, modelo territorial.*

- As necessidades do Homem no seu habitat (habitação, trabalho, convívio, alimentação, deslocação, etc.)
- A dimensão física do espaço de vivência, considerando as componentes de estar e deslocar
- Relação da organização e da construção do espaço urbano, entre o estar e o deslocar, com a satisfação das necessidades do Homem
- Caracterização dos modelos territoriais de organização do espaço de vivência: formas de medição e análise dos padrões de ocupação de solo e configuração de vias de comunicação de diferentes tipos de transporte

As variáveis físicas que limitam o desenvolvimento do espaço urbano

STC\_6

Modelos de urbanismo e mobilidade

Carga horária  
50 horas

### Conteúdos *(Continuação)*

#### **Princípios físicos na organização e gestão do espaço habitável**

*Conceitos-chave: fluxos, matéria, energia, circulação, resíduo, eficiência.*

- Fluxos materiais e energéticos no interior dos espaços urbanos e entre estes e os espaços adjacentes
- Medição, análise e interpretação da circulação de ar, água e seres vivos, bem como da produção de resíduos e o consumo de energia no espaço urbano
- Medição, análise e interpretação dos fluxos materiais e energéticos do lar, associando as variáveis determinantes para a gestão eficiente daqueles (equipamentos utilizados, construção do espaço, orientação solar, comportamentos de utilização de energia, etc.)

**Áreas do Saber:** Psicologia, Geografia, Arquitectura/Ordenamento do Território, Física, Matemática.

STC\_7

Sociedade, tecnologia e ciência - fundamentos

Carga horária  
50 horas

### Resultados de Aprendizagem

- Reconhece os elementos fundamentais ou unidades estruturais e organizativas que baseiam a análise e o raciocínio científicos.
- Recorre a processos e métodos científicos para actuar em diferentes domínios da vida social.
- Intervém racional e criticamente em questões públicas com base em conhecimentos científicos e tecnológicos.
- Interpreta leis e modelos científicos, num contexto de coexistência de estabilidade e mudança.

### Conteúdos

#### Conceitos nucleares para a compreensão e desenvolvimento dos vários ramos das ciências

*Conceitos-chave: átomo, molécula, célula, órgão, indivíduo, cultura, sistema, rede, fenómeno.*

- O átomo e a molécula como elementos base do universo (ciências físico-químicas)
- A célula e o órgão como elementos base dos seres vivos (ciências biológicas)
- O indivíduo e a cultura como elementos base das sociedades (ciências sociais)
- Estruturação destes elementos em sistemas ou redes alargadas, produtoras de fenómenos complexos (não redutíveis à soma dos elementos)

#### Aspectos metodológicos elementares da ciência enquanto prática social e modo específico de produção de conhecimento

*Conceitos-chave: ciência, método, conceito, modelo, teoria, investigação científica, experimentação, lógica, conhecimento.*

- O método enquanto base do trabalho científico
- Conceitos, modelos e teorias como ponto de partida e de chegada da investigação científica
- As várias formas de experimentação empírica (controlada) como forma de verificação (refutação ou confirmação) das hipóteses resultantes das teorias e modelos abstractos
- Procedimentos lógicos como base do raciocínio científico (dedução e indução)
- A matemática enquanto linguagem e forma de raciocínio fundamental para o desenvolvimento e a expressão do conhecimento científico

#### Processos através dos quais a ciência se integra e participa nas sociedades

*Conceitos-chave: interação, argumentação, controvérsia pública, participação, competência científica, tomada de decisão.*

- Modos diferenciados como os cidadãos interagem com a ciência e utilizam os conhecimentos científicos no seu quotidiano
- Formas como os argumentos científicos são mobilizados em controvérsias públicas, a par de outro tipo de argumentos (políticos, económicos, éticos, religiosos, etc.), na busca de soluções
- Importância actual das competências científicas para a participação dos indivíduos em diversas questões públicas
- Limitações do conhecimento científico e da actuação dos cientistas na tomada de decisão em polémicas públicas

#### Compreensão dos processos e conhecimentos científicos como base de um novo tipo de cultura e de desenvolvimento social

*Conceitos-chave: dogma, preconceito, evolução, democracia, industrialização, dialéctica, sociedade do conhecimento.*

- O conhecimento científico enquanto aproximação (sempre provisória) ao real, no qual o maior rigor e funcionalidade resultam de uma contínua evolução
- A ruptura com os dogmas, preconceitos e estereótipos enquanto atitude central no pensamento científico
- A relação entre a emergência da ciência moderna e a erosão dos sistemas de poder tradicionais, dando origem às sociedades democráticas e industriais
- A relação dialéctica entre investimento em investigação & desenvolvimento e os níveis de progresso e de bem-estar das sociedades
- Intensificação da presença da ciência nos variados campos da vida contemporânea, dando origem a sociedades do conhecimento ou da reflexividade

CLC_1	Equipamentos – impactos culturais e comunicacionais	Carga horária 50 horas
-------	---	---------------------------

<b>Resultados de Aprendizagem</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconhece a multiplicidade de funções utilitárias e criativas dos equipamentos e sistemas técnicos, em contexto privado.</li> <li>• Conjuga saberes especializados relativos a equipamentos e sistemas técnicos no estabelecimento e desenvolvimento de contactos profissionais.</li> <li>• Convoca conhecimentos sobre equipamentos e sistemas técnicos com o objectivo de facilitar a integração, a comunicação e a intervenção em contextos institucionais.</li> <li>• Relaciona transformações e evoluções técnicas com as novas formas de acesso à informação, à cultura e ao conhecimento, reconhecendo o contributo dos novos suportes tecnológicos de comunicação.</li> </ul>
-----------------------------------	--

### Conteúdos

#### Reflexos da evolução dos equipamentos e sistemas técnicos na Cultura e na Arte

**Conceitos-chave:** arte; cultura; tradição; conforto; progresso; memória colectiva; cultura de massas; estética artística.

- A Arte como produto e motor das mentalidades, das condições materiais e do contexto ideológico, na sincronia e diacronia
- Tradição, conforto e progresso: abrangência e inter-relação entre os conceitos
- Noção tradicional de Cultura e noção integradora de Cultura
  - Memória individual e memória colectiva
  - Dimensão étnica e popular da cultura e a cultura de massas – confrontos e influências
- Implicações da integração de equipamentos e sistemas técnicos no quotidiano privado artístico e cultural
  - A acessibilidade da Arte e conseqüente alteração do conceito de cultura
  - A inovação das/nas manifestações artísticas (nomeadamente, na alteração dos “padrões” da estética artística)
  - Relação entre as diversas expressões/manifestações de Arte

#### A Língua como factor de apropriação dos equipamentos e sistemas técnicos

**Conceitos-chave:** linguagem icónica; instruções; crónica; reclamação; protesto; relatório crítico; artigos técnicos; mensagem publicitária; hipertexto.

- Interpretação de instruções de montagem e uso de equipamentos através da descodificação de folhetos e manuais de instruções (linguagem icónica e verbal; rede de relações semânticas específicas)
- Pesquisa, selecção e aplicação de informação específica em documentação técnica de cariz diverso (artigos técnicos ou outros), sobre as potencialidades, vantagens e multiplicidade de opções dos equipamentos, adequando ao contexto de utilização
- Construção e expressão de opinião especializada em relação a equipamentos e sistemas técnicos, com base em artigos científicos e recurso a uma interacção discursiva adequada
- Comunicação, em contexto profissional e/ou institucional, através de formatos textuais e de equipamentos diversos: fax, mensagem electrónica, SMS, carta, telegrama, entre outros meios
- Acessibilidade e produção de informação em suportes diversos, como forma de integrar eficazmente uma rede de relações profissionais e/ou institucionais: a crónica, a reclamação e o protesto como estruturas facilitadoras da intervenção
- Os efeitos da produção de relatórios críticos e de síntese na melhoria do funcionamento das instituições.
- Argumentação oral, escrita verbal e escrita não verbal: o poder da palavra e da imagem nos processos comunicacionais, adequados aos contextos específicos do acto de comunicação
- A importância e o impacto da mensagem publicitária na percepção das evoluções técnicas: publicidade comercial e institucional
- A internet e o hipertexto como ferramentas inovadoras de acesso às manifestações culturais e artísticas: leitura por associação de ideias e escrita interactiva

CLC\_1

Equipamentos – impactos culturais e comunicacionais

Carga horária  
50 horas

### Conteúdos (Continuação)

#### Reflexos da evolução dos equipamentos e sistemas técnicos no perfil comunicacional das relações interpessoais

*Conceitos-chave: comunicação funcional, de lazer e artística; identidade e alteridade; comunicação institucional; Média; equipamentos inovadores; comportamento social*

- Diferenciação dos referentes da comunicação funcional, de lazer e artística e função comunicativa contextualizada dos diversos meios técnicos disponíveis
- Alteração dos referentes comunicacionais de espaço e tempo pela utilização generalizada dos equipamentos e sistemas técnicos no quotidiano privado e profissional
- Equipamentos e sistemas técnicos como elementos facilitadores e globalizantes da comunicação a todos os níveis da intervenção humana
  - Adequação dos equipamentos e sistemas técnicos contemporâneos às exigências da comunicação profissional e/ou institucional (eficácia e fluidez)
  - Novas práticas de trabalho (colectivo e individual) e alteração dos perfis de comportamento em contextos profissionais e institucionais
  - Impactos no perfil das relações humanas, em variados contextos da sua utilização
  - Apropriação de sistemas e equipamentos inovadores na construção de uma nova geração média
- Evolução e transformação dos equipamentos e sistemas técnicos desde de Vannevar Bush até aos nossos dias

**Áreas do Saber:** Língua Portuguesa; Língua Estrangeira; História; Tecnologias de Informação e Comunicação.

CLC_2	Culturas ambientais	Carga horária 50 horas
-------	---------------------	---------------------------

<b>Resultados de Aprendizagem</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aplica conhecimentos técnicos e competências interpretativas na gestão equilibrada de consumos energéticos.</li> <li>• Comunica eficazmente, de acordo com a percepção das implicações e mais-valias de processos de reciclagem em contexto profissional.</li> <li>• Participa conscientemente em actividades de protecção e salvaguarda dos recursos naturais.</li> <li>• Constrói opiniões críticas fundamentadas sobre os diversos impactos das actividades humanas nas alterações climáticas.</li> </ul>
-----------------------------------	---

### Conteúdos

#### Cultura de Redução, Reutilização e Reciclagem

*Conceitos-chave: qualidade ambiental; equilíbrio ambiental; reciclar; reduzir; reutilizar; consumo; desperdício; recursos naturais; demografia; alterações climáticas; aquecimento global.*

- Aplicações da política dos três erres em contexto privado e profissional
- Noções de consumo, desperdício e qualidade ambiental
- Hábitos de vida e tempos de lazer “verdes”: percepção universal do impacto das tradições culturais no ambiente
- Energias alternativas: estilos de vida e práticas culturais em confronto com o ambiente e sua sustentabilidade
- A identidade geográfica e cultural das populações e sua relação com os recursos naturais: caracterização regional
  - Perfil humano e demográfico das regiões
  - A influência das alterações ambientais nessa identidade
- A Arte reciclada: processos de inovação artística com recurso à reciclagem

#### A Língua como factor de intervenção ambiental sustentável

*Conceitos-chave: discurso argumentativo; artigos de apreciação crítica; construção de opinião crítica; texto expositivo-argumentativo; reclamação; protesto; texto criativo; texto literário; iconografia; linguagem panfletária; comunicação em linha; ciberespaço; publicidade institucional.*

- Síntese de conhecimentos e informações técnicas de forma a orientar a (auto)regulação de consumos energéticos
- Aperfeiçoamento do discurso argumentativo oral como instrumento de sensibilização e persuasão para as práticas de redução, reutilização e reciclagem
- Exploração de recursos de Língua e tipologias de texto estruturantes na formulação de opinião crítica
  - Domínio e uso quotidiano de universos semânticos relacionados com reciclagem, como forma de indução de práticas
  - Leitura de artigos de apreciação crítica, para informação e documentação acerca da salvaguarda dos recursos naturais
  - Textos expositivo-argumentativos e a mobilização para movimentos de sensibilização em relação às alterações climáticas
  - Redacção de reclamações e/ou protestos de salvaguarda dos recursos naturais na interacção institucional
- Leitura e análise de textos criativos e literários que forneçam uma perspectiva crítica e diacrónica em relação às alterações climáticas, à transformação da paisagem e à evolução do conceito de Qualidade de Vida
- Utilização da função argumentativa/persuasiva da iconografia em acções promotoras da redução dos consumos energéticos, nomeadamente através da composição gráfica e verbal de mensagens panfletárias e informativas
- Participação em comunidades online como prática de sensibilização para processos de preservação do meio ambiente (os três erres) em vários contextos da vida quotidiana (através de fóruns, subscrições e salas de conversação temáticas)

CLC\_2

Culturas ambientais

Carga horária  
50 horas

### Conteúdos (Continuação)

#### Aspectos comunicacionais dos direitos e deveres ambientais, individuais e colectivos

*Conceitos-chave: Informação; sensibilização; defesa ambiental; sustentabilidade; direitos e deveres laborais; rede cívica; movimento global; Média*

- Adequação dos direitos e deveres individuais e colectivos à problemática do ambiente e sustentabilidade, com recurso à análise da legislação ambiental em vigor
- A Informação e a sensibilização, nomeadamente em contextos profissionais e institucionais, como bases do sucesso das políticas de defesa ambiental
- Importância das redes cívicas alargadas de sensibilização para as questões ambientais: co-responsabilização institucional
- A casa Global: muitas culturas, uma só Terra
  - Posicionamento crítico face aos movimentos globais de utilização/gestão desequilibrada dos recursos naturais (relação entre consumo e desperdício)
  - O papel dos média no movimento global de sensibilização: posicionamento crítico face à informação veiculada

**Áreas do saber:** Língua Portuguesa; Língua Estrangeira; Geografia; História; Formação Cívica

CLC\_3

Saúde – língua e comunicação

Carga horária  
50 horas

### Resultados de Aprendizagem

- Interpreta informação e comunica com objectivos de prevenção na adopção de cuidados básicos de saúde, em contexto doméstico.
- Apreende regras e meios de segurança, participando conscientemente na construção de uma cultura de prevenção no colectivo profissional.
- Relaciona a multiplicidade de terapêuticas com a diversidade cultural, respeitando opções diferenciadas.
- Mobiliza saberes culturais, linguísticos e comunicacionais no contacto com patologias e cuidados preventivos, nomeadamente no que diz respeito ao envelhecimento da população e ao aumento da esperança de vida.

### Conteúdos

#### **Perspectivas culturais e socio-profissionais da Qualidade de Vida: gestão consciente dos Tempos de Lazer, da Higiene e Segurança no Trabalho e da Esperança de Vida**

*Conceitos-chave: desenvolvimento; qualidade de vida; lazer; Higiene e Segurança no Trabalho; Estado de Providência; Saúde Pública; esperança de vida; equilíbrio e sustentabilidade.*

- O Desenvolvimento como elemento proporcionador da Qualidade de Vida e relação entre esta e as práticas de Lazer
- Hábitos quotidianos e domésticos que promovem a qualidade de vida
- Princípios de Higiene e Segurança no Trabalho: especificidades de alguns grupos laborais no que respeita a Higiene e Segurança no Trabalho
- Práticas terapêuticas tradicionais e “alternativas”: traços distintivos
- O Estado de Providência e o Sistema Nacional de Saúde
  - O conceito de Saúde Pública e o papel das instituições na sua promoção e defesa
  - O aumento da Esperança de Vida e seu reflexo na organização e dinâmica das instituições
- Saúde: uma cultura de prevenção
  - Esperança de Vida e modo de vida: implicações do aumento daquela na perspectivação desta
  - Equilíbrio e sustentabilidade universal: desafios de uma macro-sociedade envelhecida

#### **A Língua como forma de apropriação e intervenção na gestão quotidiana dos cuidados básicos de saúde**

*Conceitos-chave: técnicas de resumo; texto panfletário; texto informativo; intencionalidade comunicativa; relato; meios de comunicação; estruturas legislativas; circular; comunicado; informação institucional; discurso expositivo-argumentativo.*

- Técnicas de resumo de informação, proveniente de fontes e suportes diversos como forma de adoptar, em consciência, cuidados básicos de saúde em contexto privado, profissional e institucional
- Exploração da intencionalidade comunicativa de textos panfletários e informativos, em revistas e jornais, de forma a construir um leque de opções em torno de actividades de lazer como factor preventivo
- Recursos para difusão de práticas de prevenção em contexto profissional e institucional
  - Instrumentos de comunicação eficazes e céleres (exemplos do fax e da mensagem electrónica)
  - As estruturas legislativas como suporte das opções prescritivas: Lei, Decreto-Lei, Despacho e Portaria
  - As circulares e os comunicados como veículos de informação institucional acerca de práticas terapêuticas e prescritivas
  - Leitura, interpretação e metodologias de implementação de regulamentos relacionados com Higiene e Segurança no Trabalho
- Interpretação de textos metalinguísticos e metacognitivos: dicionário e *simposium* como suportes para pesquisa de informação que fundamenta práticas terapêuticas de índole variada
- Pesquisa e selecção de informação pertinente sobre as patologias do envelhecimento e cuidados de prevenção em suportes diversificados: relatos, textos autobiográficos, Internet, entre outros possíveis
- O debate público e a dissertação crítica como veículos de opinião fundamentada acerca dos problemas que afectam a saúde pública universal

CLC\_3

Saúde - Língua e comunicação

Carga horária  
50 horas

### Conteúdos (Continuação)

#### **A Comunicação como elemento fundamental no processo de mudança de mentalidades e atitudes em relação à prevenção**

*Conceitos-chave: prevenção; Higiene e Segurança no Trabalho; comunicação inter-institucional; rede cívica; saúde pública.*

- Informação publicitária e informação técnica especializada sobre cuidados básicos de saúde: características e princípios estruturantes
- Práticas de Higiene e Segurança no Trabalho
  - Importância da circulação de informação e da comunicação inter-institucional na promoção de hábitos e práticas., nomeadamente quanto à legislação em vigor
  - Perfil das empresas e instituições antes e depois da implementação de cuidados de Higiene e Segurança no Trabalho: consciencialização e comunicação
- Papel e pertinência da comunicação na construção de uma rede cívica de informação no combate e prevenção de problemas de saúde pública à escala global: Doenças Sexualmente Transmissíveis, Obesidade, Toxicod dependência, Cardiovasculares; Diabetes; Raquitismo, patologias derivadas do envelhecimento, entre outras

Áreas do Saber: Língua Portuguesa; Língua estrangeira; Formação Cívica; Sociologia.

CLC_4	Comunicação nas organizações	Carga horária 50 horas
-------	------------------------------	---------------------------

<b>Resultados de Aprendizagem</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Utiliza terminologias adequadas na definição de orçamentos familiares e no preenchimento de formulários de impostos, aplicando tecnologias que facilitam cálculos, preenchimentos e envios.</li> <li>• Adequa-se a modelos de organização e gestão que valorizam o trabalho em equipa, em articulação com outros saberes especializados.</li> <li>• Compreende e aplica os princípios de funcionamento dos sistemas monetários e financeiros, enquanto elementos de configuração cultural e comunicacional das sociedades actuais.</li> <li>• Identifica os impactos de evoluções técnicas na gestão do tempo, reconhecendo os seus efeitos nos modos de processar e transmitir informação.</li> </ul>
-----------------------------------	---

### Conteúdos

#### **A influência da Cultura nos modelos de organização, orçamentação e gestão financeira**

*Conceitos-chave: cultura; arte; gestão orçamental; oferta cultural; financiamento cultural; defesa patrimonial; cultura e multiculturalidade; organização hierárquica e organização sistémica do trabalho.*

- Gestão da orçamentação privada reservada a vivências culturais e artísticas
- Oferta cultural gratuita e oferta cultural paga: distinção e opção
- Dimensão económica da Cultura e da Arte
  - Propósitos dos investimentos financeiros (públicos e privados) na Arte, Cultura e Lazer
  - Papel das instituições no desenvolvimento de estratégias de sustentabilidade financeira das actividades culturais
- Cultura de defesa patrimonial regional, nacional e internacional: cultura e multiculturalidade
- Paradigmas organizacionais das empresas e instituições e suas implicações na comunicação nas/entre as organizações
  - Organização hierárquica e organização sistémica do Trabalho: vantagens e desvantagens dos dois modelos
  - Vectores de percepção de uma cultura do rigor: cultura de cooperação, cultura de ambição, cultura de participação, cultura de inovação – consequências nas necessidades e características da comunicação
- Vivência egotista e em diferido, ou vivência partilhada e em tempo real: uma opção macro-estrutural de gestão da comunidade global

CLC\_4

Comunicação nas organizações

Carga horária  
50 horas

### Conteúdos (Continuação)

#### **Suportes linguísticos indispensáveis aos processos de gestão pessoal, profissional, institucional e macro-estrutural**

*Conceitos-chave: formulário; declaração; artigo técnico; folheto informativo; documentário; texto publicitário; requerimento; petição; acordo; tratado; hiperonímia e hiponímia; identidade e alteridade; texto de carácter autobiográfico.*

- Estruturas linguísticas específicas para a correcta gestão financeira privada: preenchimento de cheques, interpretação de extractos, construção de folhas de receitas e despesas
- Instrumentos de execução orçamental em contexto privado: formulários e declarações em suporte papel e digital
- Leitura, interpretação e síntese de artigos técnicos e folhetos informativos acerca da gestão privada de bens e valores
- Recursos e estruturas de Língua necessários ao registo de informação em folha de cálculo: hiperonímia e hiponímia
- Adequação do registo discursivo aos suportes e interlocutores em contexto profissional: carta, fax, mensagem electrónica, discurso oral sustentado e estruturado
- Papel regulador e orientador dos relatórios críticos na gestão de equipas de trabalho
- Importância da escuta/visionamento para integração de informação
  - Os textos publicitários áudio e *scriptovisuais* como forma de percepção do funcionamento dos sistemas financeiros
  - Documentários especializados em movimentos financeiros nacionais e internacionais
- Tipologias textuais de interacção com/entre instituições, no plano cultural e financeiro: requerimento, petição, outros
- Leitura e interpretação crítica de textos com objectivos geoestratégicas: papel dos acordos e dos tratados na gestão da comunidade global
- Implicação do Eu no discurso e gestão dos vectores espaço-temporais: apresentação e defesa de pontos de vista, convicções, ideias e ideais em textos de carácter autobiográfico, a saber, memórias, cartas, diários, relatos

#### **Enquadramentos informativos e comunicacionais da gestão: construção de uma rede de interações**

*Conceitos-chave: privacidade; sobre-endividamento; Orçamento Geral do Estado; crescimento económico; progresso social.*

- O exercício do direito de privacidade
- Sobre-endividamento: conceito, prevenção e estruturas sociais de apoio
- Importância dos sistemas de informação e respectivos mecanismos de comunicação nos ambientes profissionais
- Orçamento Geral do Estado: contemplação financeira da cultura na generalidade e na especialidade
- Serviços públicos de informação: objectivos culturais e limites financeiros
- Distinção entre crescimento económico e progresso social, com base em informação veiculada pelos média
- Adequação das estratégias de comunicação ao público-alvo e aos vectores espaço-temporais
- Estratégias de selecção de informação na sociedade contemporânea
  - Massificação da iconografia e dos textos informativos
  - Exercício do pensamento crítico próprio

**Áreas do Saber:** Língua Portuguesa; Língua estrangeira; Geografia; História; Marketing; Contabilidade.

CLC_5	Cultura, comunicação e média	Carga horária 50 horas
-------	------------------------------	---------------------------

### Resultados de Aprendizagem

- Compreende as diferentes utilizações da Língua nas comunicações rádio, adequando-as às necessidades da organização do seu quotidiano.
- Identifica as mais valias da sistematização da informação disponibilizada por via electrónica em contextos socioprofissionais.
- Reconhece os impactos dos *mass media* na constituição do poder mediático e sua influência na regulação institucional.
- Desenvolve uma atitude crítica face aos conteúdos disponibilizados através da internet e dos meios de comunicação social no geral.

### Conteúdos

#### Novos formas e expressões de Cultura: evolução e impacto social das tecnologias de informação e comunicação

*Conceitos-chave: Tecnologias de Informação e Comunicação; memória colectiva; arte digital; museu virtual; arte interactiva; lazer; optimização e rentabilização do trabalho; macro-electrónica; micro-electrónica; ergonomia do trabalho.*

- As tecnologias de informação e comunicação (TIC) ao serviço da memória colectiva
- A difusão da arte e da cultura pelas tecnologias de informação e comunicação quanto à acessibilidade e celeridade no acesso à informação/formação; consequências no conceito de cultura
- A Reinvenção da Arte através do ciberespaço: a Arte Digital e os Museus Virtuais
- Alteração do conceito de propriedade autoral: Arte Interactiva
- Reflexos da alteração das coordenadas espaço/tempo do ciberespaço na construção e apropriação de elementos culturais
- Gestão das diversas dimensões do quotidiano com recurso às TIC: gestão dos recursos domésticos, novas formas de lazer e novas noções de qualidade de vida
- Vantagens trazidas pela evolução das tecnologias de informação e comunicação no colectivo profissional:
  - Novos métodos de optimização e rentabilização do trabalho e de gestão da comunicação
  - Micro e macro electrónica ao serviço da ergonomia do trabalho
  - Armazenamento e recuperação de dados

CLC\_5

Cultura, comunicação e média

Carga horária  
50 horas

## Conteúdos (Continuação)

### Construção linguística da intervenção cultural e comunicacional com recurso às tecnologias de informação e comunicação

*Conceitos-chave: pesquisa, selecção e tratamento de informação; iconografia; comunicação em suporte electrónico; intencionalidade comunicativa; discurso oral; texto argumentativo; crónica; base de dados; hipertexto; anúncio; curriculum vitae; resumo; síntese; texto informativo.*

- Técnicas de pesquisa, selecção e tratamento de informação, com objectivos pessoais e profissionais, através do recurso a ferramentas disponibilizadas pelas tecnologias de informação e comunicação (processador de texto e folha de cálculo)
- Adequação a situações de comunicação em suporte electrónico
  - Percepção das intencionalidades comunicativas implícitas e explícitas na comunicação em linha
  - Produção de discurso oral em presença e a distância: consciencialização dos mecanismos linguísticos supressores da ausência do interlocutor
  - Construção de uma ou mais identidades electrónicas e mobilização de recursos linguísticos adequados à participação em comunidades cibernéticas (Netiquette)
  - Interpretação de textos argumentativos, crónicas e discursos políticos para intervenção sustentada em comunidades de opinião em linha
- Mecanismos de Língua para sistematização da informação, em contexto socioprofissional
  - Adequação linguística e caracterização comunicacional das diversas ferramentas das tecnologias de informação e comunicação: mensagens electrónicas, fax, texto processado, folhas de cálculo, ASCII, visual Basic, HTML
  - Resposta a anúncios e construção de Curriculum Vitae em modelos diversos
  - O hipertexto como recurso comunicativo linguístico verbal e não verbal ao serviço da capacidade de intervenção na acção das instituições: páginas pessoais, blogs, entre outros
- Formas de intervenção crítica sobre a informação mediatizada: resumo e síntese de textos informativos e construção de folhetos informativos para apropriação e esclarecimento das mensagens veiculadas pelos média

### Os média e a alteração dos processos de comunicação, intervenção e participação pública

*Conceitos-chave: Comunidade; comunicação global; identidade local; identidade electrónica; opinião publica; pensamento crítico à escala global.*

- Reformulação do conceito de comunidade por efeito das potencialidades comunicativas das tecnologias de informação e comunicação
  - Alteração do perfil das inter-relações humanas; noção de Identidade electrónica
  - Comunicação global vs identidade local
  - O poder dos média: importância da imagem e de novas formas de linguagem e de comunicação na formulação e preservação de uma opinião pública
- A importância da segurança dos sistemas de informação em contextos profissionais e institucionais: enquadramento legal e exploração dos instrumentos disponíveis para uma comunicação organizacional com vista à minimização de riscos
- Percepção da iconografia como linguagem preferencial dos diversos suportes tecnológicos e seu relacionamento pertinente com os tipos de texto e de comunicação inerentes
- A universalização dos grandes debates da Humanidade: a intervenção comunitária e a formulação de pensamento crítico numa conjuntura de globalização

**Áreas do Saber:** Língua Portuguesa; Língua Estrangeira; História; Marketing; Tecnologias de Informação e Comunicação.

CLC\_6

Culturas de urbanismo e mobilidade

Carga horária  
50 horas

**Resultados  
de  
Aprendizagem**

- Recorre a terminologias específicas no âmbito do planeamento e ordenação do território, construção de edifícios e equipamentos.
- Compreende as noções de ruralidade e urbanidade, compreendendo os seus impactos no processo de integração socioprofissional.
- Identifica sistemas de administração territorial e respectivos funcionamentos integrados.
- Relaciona a mobilidade e fluxos migratórios com a disseminação de patrimónios linguísticos e culturais.

**Conteúdos**

**Questões culturais que envolvem o planeamento e o ordenamento do território**

*Conceitos-chave: urbanismo; mobilidade; arquitectura; planeamento habitacional; equilíbrio paisagístico; ruptura paisagística; equipamento cultural; ordenamento e coesão territorial; Plano Director Municipal; turismo; fluxo migratório; património cultural.*

- Critérios de qualidade no *Planeamento Habitacional*:
  - Equipamentos culturais de suporte à habitação: espaços verdes, zonas de lazer, espaços de interacção cultural.
  - Influência dos equipamentos culturais no ordenamento e coesão territorial.
  - Arquitectura tradicional e sistemas construtivos.
  - Ambientes rurais e ambientes urbanos.
  - História oral das Comunidades e Socialização.
  - A memória dos lugares e a Epifania dos espaços.
  - Traços arquitectónicos distintivos: integração e ruptura paisagística.
  - A polissemia da Polis.
- Plano Director Municipal: conceito, objectivos e concretização.
- Fomento, oportunidade e mobilidade laborais aliados à valorização do património urbano e rural.
  - Novas áreas de oferta profissional: Turismo urbano, turismo rural, turismo de habitação, turismo cultural e turismo de aventura.
  - Reconstrução de percursos profissionais e projectos de vida através da qualificação profissional em áreas associadas à reclassificação urbanística.
- Fluxos Migratórios: causas e consequências económicas, políticas e culturais dos fenómenos de migração, emigração, imigração e êxodo.
- Consequências dos fluxos migratórios na expressão cultural e artística e o papel dos equipamentos culturais nos processos de integração.

CLC\_6

Culturas de urbanismo e mobilidade

Carga horária  
50 horas

### Conteúdos (Continuação)

#### A Língua como suporte indispensável à gestão e à intervenção no urbanismo e na mobilidade

*Conceitos-chave: prevenção rodoviária; caderno de encargos; projecto; licença; planta; mapa; topografia; resumo; síntese; reclamação; requerimento; debate; património linguístico; relato; crónica; texto literário; texto informativo.*

- Terminologia e estrutura de documentos e situações de comunicação específicas, relacionados com a temática do urbanismo e mobilidade.
  - Descodificação de folhetos informativos relativos ao código da estrada, prevenção rodoviária e outros.
  - Caderno de encargos, projecto de construção, licença de construção, planta, mapa, carta topográfica.
  - Técnicas de pesquisa, selecção e resumo/síntese de informação, nomeadamente na Internet, acerca dos sistemas de administração territorial e de instituições relacionadas com urbanismo e mobilidade.
  - Documentos de interacção formal em processos de planeamento e construção (reclamação e o requerimento).
  - Percepção da hierarquia e teor dos documentos legais e sua articulação com o planeamento: Lei, Decreto-Lei, Despacho e Portaria.
  - Expressão oral e escrita coesa e coerente num debate/participação institucional público.
- Os processos de migração e seus impactos na configuração do urbanismo e da mobilidade.
  - Recolha de informação acerca dos fluxos migratórios e ao património linguístico e cultural a eles associado: (crónicas, textos literários, textos informativos diversos, relatos de vivências, entre outros).
  - Pesquisa e tratamento de informação, a partir de textos de apreciação crítica sobre a importância da Língua Portuguesa no mundo.
- Apropriação e uso linguístico apropriado para inserção em contextos socioprofissionais:
  - Mapas, cartas topográficas, projecto de construção, plantas, escalas, licença de construção, iconografia associada, folhetos e cartazes informativos.
  - Apropriação de variantes regionais de realização do português como forma de integração socioprofissional.
  - Leitura e interpretação de textos literários que exemplifiquem fenómenos de superação da exclusão social e profissional.

#### A Comunicação nos processos contemporâneos de mobilidade humana e intervenção urbanística

*Conceitos-chave: mobilidade humana; intervenção urbanística; espaço rural; espaço urbano; mercado de trabalho; recuperação; reclassificação; coesão humana e paisagística do território; impacto visual; impacto ambiental; Qualidade de Vida.*

- Importância da Língua Portuguesa na criação de laços humanos e culturais e na sensibilização para atitudes comunitárias.
- Problemática da integração e relacionamento com as sociedades imigrantes em Portugal.
- Preservação e dinamização do espaço rural e do espaço urbano com vista à recuperação da memória colectiva dos espaços.
  - A recuperação e reclassificação dos espaços e suas consequências no mercado de trabalho.
  - Campanhas institucionais: cruzamento do seu teor com a coesão paisagística e humana do território.
- Formas de comunicação entre operários e agentes especializados, de forma a adequar o planeamento à construção.
- Integração espacial e temporal da construção e seu impacto visual e ambiental.
- Ordenamento da construção e Qualidade de Vida: princípios e regras (análise da legislação em vigor).

**Áreas do Saber:** Língua Portuguesa; Língua Estrangeira; Geografia; Filosofia; História; Sociologia; Formação Cívica.

CLC_7	Fundamentos de cultura língua e comunicação	Carga horária 50 horas
-------	---	---------------------------

<b>Resultados de Aprendizagem</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Intervém de forma pertinente, convocando recursos diversificados das dimensões cultural, linguística e comunicacional.</li> <li>• Revela competências em cultura, língua e comunicação adequadas ao contexto profissional em que se inscreve.</li> <li>• Formula opiniões críticas, mobilizando saberes vários e competências culturais, linguísticas e comunicacionais.</li> <li>• Identifica os principais factores que influenciam a mudança social, reconhecendo nessa mudança o papel da cultura, da língua e da comunicação.</li> </ul>
-----------------------------------	--

### Conteúdos

#### Uma Cultura de programação: trajectos pessoais e mudança social

*Conceitos-chave: contexto de vida; trajecto pessoal; família; trabalho; interacção social; mudança social; recurso financeiro; aprendizagem não formal; investigação cultural intensiva e extensiva; urbanismo; património; sistemas de comunicação; cultura artística; literatura; património cultural e artístico; globalização.*

- Relação entre os contextos de vida e os trajectos pessoais:
  - Novas dinâmicas de família, trabalho e de redes de interacção social.
  - Importância dos recursos financeiros, dos equipamentos culturais e das interacções sociais nas opções e nas trajectórias individuais.
  - Consciência da presença e da representação do Outro na construção do Eu.
- A importância das aprendizagens não formais nas manifestações culturais e artísticas e destas naquelas.
- Metodologias disponíveis de diagnose e prospecção ao serviço da actividade cultural: inquérito, entrevista, observação directa e análise documental.
- Investigação cultural intensiva e extensiva: objectivos, propósitos e adequação da opção.
- Arte privada e Arte pública:
  - Consequências na gestão do urbanismo e do património.
  - Manifestações artísticas diferenciadas: intervenção e apropriação.
  - Instituições, Museus e Arquivos.
- A influência dos factores culturais, políticos e físicos nos processos de mudança social ao longo da história:
  - Evolução dos princípios estéticos da Arte e sua relação com o real.
  - A Cultura artística e seu impacto nas sociedades.
  - A Importância da Literatura na consolidação do património cultural e artístico de um povo.
- Factores de aceleração da mudança social e cultural na história recente: os adventos da Revolução industrial, do cientismo, do racionalismo, dos confrontos bélicos, entre outros.
- Efeitos da globalização das políticas financeiras e seus impactos na gestão da promoção da Cultura, nos seus diferentes aspectos e dimensões (por exemplo, arte popular e arte das elites).

CLC\_7

Fundamentos de cultura língua e comunicação

Carga horária  
50 horas

### Conteúdos (Continuação)

#### A Língua e a Literatura portuguesas no mundo como elementos de união e intervenção cívica

**Conceitos-chave:** *texto criativo; texto literário; registo autobiográfico; realidade e ficção; texto informativo; notas; resumo; síntese; texto argumentativo; texto expositivo-argumentativo; debate; leitura; interpretação; escrita; variação e mudança; Língua; Literatura; metalinguagem; identidade global e local.*

- O texto criativo como expressão de vivências:
  - Mecanismos de reconhecimento do Outro na construção de Si.
  - Registo autobiográfico de trajectos de vida individuais e colectivos: memórias, diários, cartas, relatos entre outros.
  - Memória colectiva e imaginário, traçados pelo recurso consciente e estruturado a crónicas, entrevistas, descrições e relatos.
  - Percursos individuais e colectivos no texto literário: realidade e ficção.
- Registos linguísticos/textuais de intervenção socioprofissional:
  - Recurso consciente e estruturado a diversos tipos de texto como forma de intervenção profissional: narrativa literária, textos de carácter autobiográfico.
  - Domínio de mecanismos linguísticos que viabilizem metodologias de diagnose e prospecção: inquéritos, entrevistas, formulários entre outros.
  - Tomada de notas, resumo e síntese de textos informativos como preparação da produção de textos reflexivos em contexto profissional.
- Construção de opiniões fundamentadas num contexto institucional:
  - Os textos de apreciação crítica e as dinâmicas de intervenção na vida social, económica, política e cultural.
  - O texto argumentativo e expositivo-argumentativo como instrumento de formulação e apresentação de opiniões críticas de amplitude institucional.
  - Técnicas de estruturação de um guião para debate/participação institucional público.
- Consciência da Língua viva, em constante mudança:
  - Os fenómenos de variação e mudança na Língua Portuguesa, como causas e consequências da intervenção cívica e social no campo do conhecimento.
  - Percepção da Língua como elemento construtor do universo e impulsionador da evolução das sociedades: exemplo do hipertexto e usos linguísticos específicos das tecnologias de informação e comunicação.
  - Fontes de informação terminológica e cultural: o movimento constante entre a estabilização de conceitos e o acompanhamento da mudança (exemplos das enciclopédias e dos dicionários).
- O papel da Literatura na formação de opinião para a intervenção social: leitura e interpretação de textos literários de autores portugueses e/ou estrangeiros de mérito reconhecido como forma de fortalecer e mobilizar competências culturais, linguísticas e comunicacionais.
- Recursos linguísticos pertinentes para a construção de páginas pessoais na Internet e a participação em fóruns, subscrições, salas de conversação, entre outros.
- Importância da exploração e produção de documentários e artigos de apreciação crítica acerca da identidade global e local, na construção da opinião pessoal fundamentada.

CLC\_7

Fundamentos de cultura língua e comunicação

Carga horária  
50 horas

### Conteúdos (Continuação)

#### Os sistemas de Comunicação na expressão do pensamento crítico, na construção da relação entre a opinião pessoal e a opinião pública

**Conceitos-chave:** *identidade cultural; relação interpessoal; intenção comunicativa; o quarto poder – Média; suporte teórico; competência.*

- A comunicação entre indivíduos, através de suportes diversos, como forma de construção de uma identidade cultural comum.
- O papel dos média e da opinião pública nas relações interpessoais:
  - Percepção de intenções comunicativas de alcance cultural e ideológico.
  - Construção de um posicionamento crítico face à construção de opinião pública pelos média, através da selecção da informação veiculada.
  - O quarto poder: influência dos média e dos sistemas de comunicação na face das sociedades e nos ritmos de alteração de paradigmas culturais.
- Percepção da complementaridade Teoria/Prática em contexto profissional e institucional:
  - Noção de suporte teórico das práticas profissionais.
  - Noção de mobilização pragmática de competências e percepção integradora do desempenho profissional.
  - Estratégias de sensibilização para planos formativos integradores.
- Cultura de globalização e Cultura de preservação de identidades: confronto ou complementaridade?
  - Influência dos movimentos globalizantes no quotidiano individual.
  - Mudança dos modelos e ritmos de acesso à informação.
  - Alteração de paradigmas de actuação e de abrangência da intervenção cívica.

**Áreas do Saber:** Língua Portuguesa; Literatura Portuguesa; Língua estrangeira; Filosofia; Geografia; História; Formação Cívica.

CLC_LEI	Língua Estrangeira - iniciação	Carga horária 50 horas
---------	--------------------------------	---------------------------

<b>Introdução</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Não é definida uma língua estrangeira em particular. A opção da Língua Estrangeira em concreto que operacionalizará este conjunto de competências de uso dependerá do perfil/necessidade de aprendizagem do adulto/formando, de acordo com a disponibilidade das entidades formadoras.</li> <li>• A presente elencação de competências tem como referência a ocorrência da Língua em contexto de realização, não se referindo a aspectos específicos do funcionamento da Língua uma vez que estes variam de acordo com a que estiver a ser trabalhada.</li> <li>• Trata-se de um nível de “iniciação”, pelo que se destina a adultos que não tenham quaisquer noções estruturadas de uma língua estrangeira.</li> </ul>
-------------------	--

### Competências de Uso de Língua – Iniciação

#### Competências de interpretação

##### *Ouvir/Ver*

- Compreensão de textos simples, breves e claros relacionados com aspectos da vida quotidiana e/ou com as áreas de interesse dos adultos.
- Compreensão das ideias gerais de um texto em língua corrente sobre aspectos relativos aos tempos livres, bem como a temas actuais 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 actividade profissional dos adultos.
- Percepção de acontecimentos relatados, assim como sentimentos e desejos expressos.
- Comunicação em situações do quotidiano implicando troca de informação simples e directa sobre assuntos e actividades 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 actualidade.

#### 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 directa sobre assunto e actividades 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 actualidade.
- Escrita de textos curtos e simples relacionados com aspectos 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 afectados 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 factores que influenciam a mudança social, reconhecendo nessa mudança o papel da cultura, da língua e da comunicação.

CLC\_LEC

Língua Estrangeira - continuação

Carga horária  
50 horas

### Introdução

- Não é definida uma língua estrangeira em particular. A opção da Língua Estrangeira em concreto que operacionalizará este conjunto de competências de uso dependerá do perfil/necessidade de aprendizagem do adulto/formando, de acordo com a disponibilidade das entidades formadoras.
- A presente elencação de competências tem como referência a ocorrência da Língua em contexto de realização, não se referindo a aspectos específicos do funcionamento da Língua uma vez que estes variam de acordo com a que estiver a ser trabalhada.
- Trata-se de um nível de “iniciação”, pelo que se destina a adultos que não tenham quaisquer noções estruturadas de uma língua estrangeira.

## Competências de Uso de Língua – Continuação

### Competências de interpretação

#### Ouvir/Ver

- Compreensão de discursos fluidos e capacidade de seguir linhas de argumentação dentro dos tópicos abordados nos domínios de referência, integrando a sua experiência e mobilizando conhecimentos adquiridos em outros módulos de formação.
- Compreensão de noticiários e programas de actualidade sobre assuntos correntes, em suportes variados.
- Compreensão de informações sobre tópicos do quotidiano e relacionados com o trabalho.
- Identificação de aspectos gerais e específicos de mensagens orais.

#### Ler

- Compreensão de diversos tipos de texto, dentro dos tópicos abordados nos domínios de referência, recorrendo, de forma adequada, à informação visual disponível, integrando a sua experiência e mobilizando conhecimentos adquiridos em outros módulos de formação.
- Compreensão de textos extensos, de carácter literário e não literário.
- Compreensão de informações técnicas, como livros de instruções e folhetos informativos, entre outros, de equipamentos usados no dia-a-dia.
- Leitura de textos de forma autónoma, apropriando-se do texto lido através da utilização de pausas, inflexões e velocidades diferentes, de forma a criar expressividade na leitura.
- Leitura e interpretação de textos longos de forma a reunir e cruzar informações de fontes diversas.
- Leitura e interpretação de textos literários de autores de mérito e impacto reconhecidos.
- Compreensão de instruções escritas complexas.

### Competências de produção

#### Falar

- Interação eficaz em língua estrangeira, participando activamente em discussões dentro dos tópicos abordados nos domínios de referência, defendendo pontos de vista e opiniões, integrando a sua experiência e mobilizando conhecimentos adquiridos em outras situações de aprendizagem formal, informal e não formal.
- Mobilização de recursos linguísticos de forma a relacionar informação proveniente de fontes e áreas diversificadas.
- Resumo e síntese de informação de modo lógico e coerente.
- Exposição oral de raciocínios, opiniões, ideias e ideais de forma estruturada e sustentada com argumentação adequada.
- Construção de respostas estruturadas e coerentes recorrendo a mecanismos de encadeamento de conversação.

#### Escrever

- Elaboração de textos claros e variados, de modo estruturado, atendendo à sua função e destinatário, dentro dos tópicos abordados nos domínios de referência, integrando a sua experiência e mobilizando conhecimentos adquiridos em outros módulos de formação.
- Mobilização de recursos linguísticos de forma a relacionar informação proveniente de fontes e áreas diversificadas.
- Resumo e síntese de informação de modo lógico e coerente.
- Registo de notas como forma de regulação do quotidiano.
- Produção de textos de carácter autobiográfico: cartas, memórias, diários.
- Produção de textos de carácter transaccional.
- Descrição de experiências, sentimentos e acontecimentos do contexto pessoal, profissional ou institucional.
- Produção de textos de reflexão crítica e argumentativa sobre assuntos de carácter abstracto, relacionados com as suas vivências, o seu ideário e, sempre que possível, cruzados com as temáticas dos diversos módulos de formação.

## 5.2. Formação Tecnológica

4858	Termalismo	Carga horária 50 horas
------	------------	---------------------------

<b>Objectivo(s)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar e analisar comparativamente a dimensão do Termalismo em Portugal e no estrangeiro.</li> <li>• Caracterizar agentes terapêuticos, em particular a água.</li> <li>• Reconhecer a importância do termalismo no desenvolvimento regional.</li> <li>• Caracterizar as águas consoante as diversas estâncias termais.</li> <li>• Interpretar a legislação em vigor relativa a águas minerais, balneários termais, prospecção, pesquisa e exploração de recursos geológicos.</li> <li>• Reconhecer a importância de documentação organizacional no termalismo.</li> <li>• Enumerar sistemas organizacionais e interpretar organogramas, normas internas e outra documentação.</li> </ul>
---------------------	--

### Conteúdos

#### Resenha Histórica

- O conceito de termalismo e sua evolução ao longo do tempo
- O termalismo em Portugal e no resto do mundo
- Linguagem associada à actividade termal

#### A água mineral natural

- Breve referência ao seu processo de mineralização
- Diferenças de uma água comum
- Principais tipos de águas minerais existentes em Portugal e respectivas indicações terapêuticas

#### O papel do termalismo na saúde

- O termalismo e turismo de saúde
- O processo de desenvolvimento interactivo entre estância termal e região envolvente
- Promoção e divulgação termal

#### O recurso hídrico/ Organização da actividade

- Proprietário
- Concessionário / titular da concessão
- Direitos e deveres dos respectivos intervenientes
- Órgãos de tutela e fiscalização
- Direcção clínica e direcção técnica

#### Sistemas e subsistemas de Segurança Social

- Formas de comparticipação financeira nos tratamentos termais

#### Hierarquia e competências

- Administração
- Corpo técnico
- Corpo administrativo
- Pessoal auxiliar

4859

Noções básicas de anatomia

Carga horária  
25 horas

### Objectivo(s)

- Identificar as funções da pele.
- Descrever a organização e composição dos sistemas ósseo e articular.
- Enunciar o papel do sistema ósseo e a sua importância no sistema locomotor.
- Caracterizar o sistema muscular.
- Distinguir os vários conceitos inerentes à locomoção.

### Conteúdos

#### Pele

- Importância
- Camadas
- Funções

#### Sistema Ósseo (Osteologia):

- Funções
- Estrutura dos ossos
- Classificação dos ossos
- Esqueleto
  - ossos da cabeça
  - ossos do tronco
  - ossos dos membros

#### Sistema Articular:

- Classificação
- Constituição
- Tipos de movimento articular
- Perturbações das articulações

#### Sistema Muscular (Miologia)

- Classificação
- Funções

#### Locomoção

- Tipos de movimento articular

4860

Anatomia - sistemas

Carga horária  
50 horas

**Objectivo(s)**

- Identificar a estrutura anatómica dos aparelhos respiratório, cardíaco, digestivo, genito-urinário, sistema nervoso central e sistema endócrino.
- Caracterizar os sistemas e identificar as respectivas funções.

**Conteúdos**

- Respiratório
- Cardíaco
- Digestivo
- Genito-urinário
- Nervoso central
- Endócrino
  - hipófise
  - tiróide
  - pâncreas
  - supra-renal

4861

Biofisiologia

Carga horária  
50 horas

**Objectivo(s)**

- Tomar conhecimento da teoria sobre a origem da vida.
- Identificar os mecanismos biofisiológicos da reprodução humana.
- Integrar aspectos particulares do desenvolvimento humano nas diferentes fases da vida.
- Caracterizar o funcionamento dos aparelhos respiratório, cardíaco, digestivo, genito-urinário, sistema nervoso central e sistema endócrino.

**Conteúdos**

- Desenvolvimento embrionário
- Hereditariedade e reprodução
- Crescimento e desenvolvimento humano
  - infância
  - puberdade e juventude
  - idade adulta
  - velhice
- Aparelhos/Sistemas
  - respiratório
  - cardíaco
  - digestivo
  - genito-urinário
  - nervoso central
  - endócrino
    - hipófise
    - tiróide
    - pâncreas
    - supra-renal
  - noções fisiológicas

4862

Patologias – noções básicas

Carga horária  
50 horas

### Objectivo(s)

- Identificar manifestações clínicas das patologias mais frequentes do foro digestivo e reumatismal e respectivas formas terapêuticas.
- Identificar manifestações clínicas das patologias mais frequentes do foro respiratório, cardíaco, nervoso, metabólico e dermatológico e respectivas formas terapêuticas.

### Conteúdos

#### Doenças do foro digestivo

- Colites
- Disquinésias biliares

#### Doenças do foro reumatismal

- Osteoartrose
- Artrite reumatóide não reactiva
- Espondilite anquilosante
- Fibromialgia reumática
- Lúpus eritematoso disseminado (LED)

#### Doenças do foro respiratório

- Asma
- Doença pulmonar obstrutiva crónica (dpc)
- Sinusite
- Rinites
- Faringites

#### Doenças do foro cardíaco

Insuficiência cardíaca

#### Doenças do foro nervoso

- Acidente vascular cerebral (avc)

#### Doenças do foro metabólico

- Diabetes
- Acido úrico
- Litíase renovesical

#### Doenças do foro dermatológico

- Psoríase

4863

Geriatria

Carga horária  
25 horas

**Objectivo(s)**

- Reconhecer a importância da socioterapia como forma integradora do idoso.
- Identificar os problemas de saúde mais comuns na Terceira Idade.
- Reconhecer os factores que contribuem para a promoção da saúde nessa faixa etária.
- Reconhecer a importância da Gerontopsicologia e identificar os problemas que se colocam ao idoso.

**Conteúdos**

- Acolhimento
  - primeiro contacto com o balneário
  - chegada ao balneário
  - as horas de repouso
  - saída do balneário
  - as visitas ao exterior
- Acompanhamento
  - o grupo como um todo
  - o idoso como um indivíduo com necessidades específicas
  - a triologia observar / compreender / interpretar
  - a atenção centrada no grupo/idoso
- Ideias preconcebidas sobre a velhice
- Atitudes relacionadas com os idosos e com a velhice
- Noções de gerontologia e de gerontopsicologia

4864

Primeiros socorros - termalismo

Carga horária  
50 horas

### Objectivo(s)

- Identificar, tipificando, diferentes situações de emergência.
- Reconhecer a importância da aquisição de competências que permitam intervir com segurança em situações de emergência.
- Referir quatro princípios a cumprir numa situação de emergência.
- Aplicar os princípios básicos do suporte de vida.
- Avaliar e aplicar as diferentes técnicas de desobstrução das vias aéreas.
- Classificar as hemorragias quanto à sua localização.
- Descrever os sinais e sintomas de uma fractura.
- Enumerar os cuidados a ter com uma fractura exposta.
- Indicar os cuidados a ter com a vítima com fractura / lesão na coluna.
- Enumerar os graus de queimaduras, diferenciá-los e saber quais os procedimentos a adoptar.
- Sistematizar a actuação numa situação de envenenamento.
- Referir em que casos se deve usar a Posição Lateral de Segurança.

### Conteúdos

- Definição e princípios do socorrismo
- Avaliação de situações de emergência
  - diagnóstico e estabelecimento de prioridades
  - avaliação da vítima - exame primário e exame secundário
  - avaliação do nível de consciência
- Problemas cardio-respiratórios.
- Queimaduras e escaldaduras.
- Fracturas.
- Lesões musculares, ligamentares e articulares
- Hipotermia
- Corpos estranhos
- Envenenamentos
- Pensos e ligaduras
- Actuação em caso de acidentes graves
  - manuseamento e transporte
- Principais técnicas de primeiros socorros

4865

Gestão de recursos hídricos e controlo de qualidade da água

Carga horária  
25 horas

**Objectivo(s)**

- Tomar conhecimento de noções fundamentais de gestão de recursos hídricos e qualidade ambiental.
- Reconhecer as normas portuguesas de qualidade química e microbiológica relativas às águas utilizadas num balneário termal.
- Identificar as características da realidade portuguesa.
- Interpretar dados sobre os recursos hídricos e o controlo da qualidade.

**Conteúdos**

- O ciclo da água e os problemas da água no mundo
- Conceito de aquífero
- Tipos de aquíferos
- Noções de hidrogeoquímica e conceitos de água mineral
- Classificações hidroquímicas e exemplos portugueses
- Legislação portuguesa e internacional sobre qualidade química e microbiológica em águas de consumo humano e em águas minerais
- Regras básicas de gestão de recursos hídricos e preservação de qualidade
- Utilização de instrumentos de medição de consumos e de controlo físico-químico de uma água
- Práticas com boletins de análises e tratamento de dados

4866

Equipamentos termais, funcionamento e manutenção

Carga horária  
25 horas

**Objectivo(s)**

- Identificar os diversos aparelhos de tratamento termal.
- Utilizar os equipamentos de acordo com as normas de utilização
- Reconhecer a importância do adequado manuseamento dos equipamentos.
- Identificar as técnicas e os materiais de higienização adequados a cada equipamento.
- Manusear os produtos de desinfecção conforme as regras de segurança
- Adoptar boas práticas sanitárias.

**Conteúdos**

- Regras de utilização, manutenção e higienização dos equipamentos
- Produtos de higienização e normas de utilização
- Manual de boas práticas sanitárias no balneário

0349

Ambiente, segurança, higiene e saúde no trabalho – conceitos básicos

Carga horária  
25 horas

### Objectivo(s)

- Reconhecer e aplicar a legislação de segurança, higiene e saúde no trabalho.
- Utilizar protecção no corpo e nas máquinas, seleccionando os equipamentos e soluções de protecção adequados
- Reconhecer e aplicar a legislação ambiental: Resíduos, efluentes, ar e ruído.
- Decidir sobre medidas de prevenção tendo em consideração as exigências do processo produtivo no âmbito da higiene, segurança e ambiente.
- Reconhecer a importância da segurança e higiene no trabalho como factor de promoção de qualidade de vida.

### Conteúdos

#### Ambiente

- Boas práticas para o meio ambiente
  - Legislação específica
- Principais problemas ambientais da actualidade
- Gestão de resíduos
- Efluentes líquidos
- Emissões gasosas
- Estratégias de actuação: reduzir, reutilizar, reciclar, recuperar e racionalizar

#### Segurança, higiene e saúde no trabalho

- Sinalização de segurança
  - Tipos de sinais
  - Legislação em vigor
- Tipos de risco e seu controlo
  - Incêndios
  - Riscos eléctricos
  - Trabalho com máquinas e equipamentos
  - Movimentação manual e mecânica de cargas
  - Organização e dimensionamento do posto de trabalho
  - Posturas no trabalho
  - Iluminação
  - Trabalhos com equipamentos dotados de visor
  - Manuseamento de produtos perigosos
  - Rotulagem de produtos perigosos
  - Arrumação e limpeza
  - Atmosferas perigosas
  - Ruído
  - Produtos perigosos (rotulagem, armazenagem e manuseamento)
- Gestão do risco
  - Consequências dos acidentes de trabalho
  - Avaliação do risco profissional
  - Gestão económica do risco profissional
- Protecção colectiva e protecção individual
  - Tipos de protecção colectiva
  - Selecção dos equipamentos de protecção individual
  - Técnicas de implementação para a utilização dos equipamentos de protecção individual
  - Tipos de equipamentos de protecção
- Procedimentos de emergência
  - Necessidade da existência de procedimentos de emergência
  - Procedimentos em caso de incêndio/sismo/acidente de trabalho grave

0349

Ambiente, segurança, higiene e saúde no trabalho – conceitos básicos

Carga horária  
25 horas

**Conteúdos** (Continuação)

**Segurança, higiene e saúde no trabalho**

- Conceito de acidente de trabalho
  - Regime jurídico dos acidentes de trabalho
  - Perspectiva legal
- Perspectiva prevencionista
- Génese dos acidentes
  - Factor humano
  - Factor material
  - Factor organizacional
  - Factor ambiental
- Prevenção de acidentes e doenças profissionais
  - Enquadramento legal
- Saúde, doença e trabalho
  - Regime jurídico das doenças profissionais
  - Conceito de contaminação e intoxicação
  - Contaminantes químicos, físicos e biológicos
  - Vigilância médica
  - Principais doenças profissionais
- Organização da segurança e saúde no trabalho
  - Regras básicas de higiene
  - Enquadramento legal dos serviços de segurança, higiene e saúde no trabalho

4868

Noções de hidroterapia

Carga horária  
25 horas

**Objectivo(s)**

- Identificar e explicar as principais propriedades da água.
- Reconhecer os fundamentos e as regras gerais associados à utilização terapêutica da água.
- Identificar e explicar os principais efeitos da água no organismo.
- Identificar e explicar os principais efeitos terapêuticos da água.

**Conteúdos**

- A evolução da Hidroterapia
- Os fundamentos e as regras gerais da utilização da água
- As propriedades gerais da água
- Os principais efeitos da água sobre o organismo
- A aplicação terapêutica da água

4869

Técnicas terapêuticas de hidrobalneoterapia

Carga horária  
50 horas

### Objectivo(s)

- Identificar as principais terapêuticas aplicadas em balneários termais.
- Identificar o principal equipamento utilizado em balneários termais.
- Reconhecer o manuseamento e o funcionamento do equipamento de tratamento termal.
- Relacionar as técnicas terapêuticas com o equipamento que lhe está associado.
- Identificar as regras de utilização correcta do balneário e dos seus equipamentos.
- Reconhecer a necessidade permanente de acompanhar, de orientar e de auxiliar os utentes durante a sua presença no balneário termal.
- Adoptar boas práticas sanitárias.

### Conteúdos

- Caracterização geral dos equipamentos e dos espaços de tratamento
- Principais técnicas terapêuticas aplicadas em balneários termais
  - Imersão simples
    - Imersão com bolha de ar (aerobanho)
    - Imersão em água corrente
    - Banhos alternados
    - Banhos em semi-cúpido
    - Banhos gasosos
    - Banhos parciais
    - Marquesa de vapor à coluna (tipo de Bertholett)
    - Sauna
    - Turco
    - Estufas de vapor
- Principais indicações e contra-indicações das técnicas.
- Principais cuidados a ter com os utentes, antes, durante e depois dos tratamentos
- Principais cuidados a ter com os equipamentos e com a utilização das instalações

4870

Técnicas de hidrobalneoterapia – duche termal e massagens em duche *vichy*

Carga horária  
50 horas

**Objectivo(s)**

- Utilizar correctamente e com conhecimento as técnicas de aplicação associadas ao duche termal.
- Manusear o equipamento adstrito à técnica de duche termal.
- Utilizar correctamente e com conhecimento as técnicas de massagens manuais aplicadas no duche tipo *vichy*.
- Manusear o equipamento adstrito à técnica de massagem manual aplicada no duche tipo *vichy*.
- Distinguir e dar instruções sobre a utilização correcta do balneário e dos seus equipamentos.
- Reconhecer a necessidade permanente de acompanhar, orientar e auxiliar os utentes durante a sua presença no balneário termal.
- Adoptar boas práticas sanitárias.

**Conteúdos**

- Duche termal
  - Duche geral de agulheta
  - Duche subaquático
  - Duche tipo *vichy* e *aix*.
  - Duche filiforme.
  - Duche circular vertical
  - Duche anal e vaginal
  - Duche em leque
  - Duche de contraste
- Caracterização geral dos aparelhos
- Técnicas de aplicação das diferentes terapias
- Principais técnicas de massagens manuais aplicadas no duche tipo *vichy* – adaptação da técnica (deslizamentos; fricções; vibrações; amassamentos)
- Principais indicações e contra-indicações das técnicas
- Principais cuidados a ter com os utentes, antes, durante e depois dos tratamentos
- Principais cuidados a ter com os equipamentos e com a utilização das instalações

4871

Técnicas de hidrobalneoterapia - duche subaquático e de agulheta

Carga horária  
50 horas

**Objectivo(s)**

- Utilizar a técnica de duche subaquático.
- Utilizar a técnica de duche geral de agulheta.
- Manusear o equipamento adstrito à técnica de duche subaquático.
- Manusear o equipamento adstrito à técnica de duche geral de agulheta.
- Distinguir e dar instruções sobre a utilização correcta do balneário e dos seus equipamentos.
- Reconhecer a necessidade permanente de acompanhar, orientar e auxiliar os utentes durante a sua presença no balneário termal.
- Adoptar boas práticas sanitárias.

**Conteúdos**

- Duche subaquático
- Duche geral de agulheta
- Principais trajectos e zonas de aplicação do duche ao longo do corpo
- Formas de aplicação das técnicas (distância, dispersão, inclinação da ponta da agulheta, alternâncias de temperatura, pressão, ...)
- Zonas do corpo a proteger
- Pressões mais utilizadas em função do tipo de doente e das zonas a tratar
- Massagem subaquática nas várias articulações ou zonas a tratar
- Principais indicações e contra-indicações das técnicas
- Principais cuidados a ter com os utentes, antes, durante e depois dos tratamentos
- Principais cuidados a ter com os equipamentos e com a utilização das instalações

4872

Técnicas de cinesioterapia – conceitos básicos

Carga horária  
50 horas

**Objectivo(s)**

- Caracterizar cientificamente a movimentação corporal.
- Definir o conceito de cinesioterapia.
- Tomar conhecimento dos fundamentos técnicos e teóricos da cinesioterapia.
- Identificar e caracterizar os equipamentos e os materiais de apoio para a aplicação desta técnica terapêutica.
- Utilizar as técnicas de cinesioterapia com correcção técnica.
- Manusear o equipamento adstrito às técnicas de cinesioterapia.
- Dar instruções sobre a utilização correcta do balneário e dos seus equipamentos e agir em conformidade.
- Reconhecer a necessidade permanente de acompanhar, orientar e auxiliar os utentes.
- Adoptar boas práticas sanitárias.

**Conteúdos**

- Conceito geral de movimento
- Planos e eixos anatómicos
- Amplitudes articulares
- Mobilização articular: técnicas de mobilização (passiva e activa)
- Tipos de mobilização articular
- Atitude postural (visualização e correcção em frente ao espelho).
- Exercício físico visando o relaxamento, o fortalecimento e o alongamento
- Principais equipamentos de apoio utilizados: roldanas, rodas de ombro, pedaleiras, barras, aparelhos de pronosupinação e outros
- Técnicas de aplicação
- Principais indicações e contra-indicações
- Principais cuidados a ter com os doentes.
- Principais cuidados a ter com os equipamentos

4873

Técnicas de cinesioterapia – apoio ao fisioterapeuta

Carga horária  
50 horas

**Objectivo(s)**

- Dominar os conceitos básicos de cinesioterapia.
- Utilizar correctamente e com conhecimento as técnicas de mobilização articular.
- Elaborar programas simples de exercícios.
- Utilizar os equipamentos com correcção técnica.
- Participar activamente, de forma consciente, no trabalho em equipa.
- Reconhecer a necessidade permanente de acompanhar, de orientar e de auxiliar os utentes
- Adoptar boas práticas sanitárias.

**Conteúdos**

- Conceitos básicos de cinesioterapia, nomeadamente relativos à mobilização articular e à postura
- Equipamentos de apoio: descrição e normas de funcionamento
- Programas de exercícios terapêuticos com técnicas de relaxamento, fortalecimento e alongamento
- Indicações e contra-indicações da utilização dos equipamentos e dos programas de exercícios
- Principais cuidados a ter com os doentes
- Principais cuidados a ter com os equipamentos e com a utilização das instalações

4874

Electroterapia

Carga horária  
50 horas

### Objectivo(s)

- Identificar os diferentes tipos de correntes eléctricas.
- Identificar as diferentes técnicas associadas a este tipo de terapia.
- Reconhecer os principais efeitos de cada tipo de electroterapia sobre o organismo, distinguindo os benefícios terapêuticos específicos.
- Identificar as indicações, contra-indicações e cuidados a respeitar em cada tipo de electroterapia.
- Identificar as características do calor e do frio enquanto agentes terapêuticos e respectivos benefícios.
- Distinguir os equipamentos e os materiais de apoio para a aplicação das técnicas terapêuticas respectivas regras de manutenção e higienização.
- Utilizar as técnicas de aplicação associadas à electroterapia, em particular à termoterapia e à crioterapia, de acordo com as normas.
- Manusear o equipamento adstrito a cada uma das técnicas de electroterapia, termoterapia e crioterapia.

### Conteúdos

#### Enquadramento histórico da Electroterapia

#### Noções de Electroterapia

- Corrente eléctrica contínua
- Corrente eléctrica alternada
- Intensidade
- Diferencial de potencial
- Potência
- Campo magnético
- Frequência

#### Terapia por corrente contínua e baixa frequência

- Correntes galvânicas
- Correntes farádicas
- Correntes diadinâmicas

#### Terapia por média frequência

- Corrente interferencial

#### Terapia por alta frequência

- Onda curta e ultra-curta
- Ionização ou iontoforese
- Ultra-sónica

#### Termoterapia

- O calor como agente terapêutico
- Efeitos fisiológicos do calor
- Calor seco: infravermelhos e ultravioleta
- Calor húmido
- Parafina e parafango
- Crioterapia
- Efeitos fisiológicos do frio

#### Prática simulada de aplicação das seguintes técnicas terapêuticas

- Corrente galvânica e ionização
- Corrente farádica
- Correntes diadinâmicas
- Corrente interferencial
- Onda curta e ultra-curta
- Ultra-sónica
- Infravermelhos e ultravioleta
- Calor húmido
- Parafina e parafango
- Crioterapia

4875

Técnicas de hidrocinesioterapia – noções básicas

Carga horária  
50 horas

**Objectivo(s)**

- Definir hidrocinesioterapia.
- Tomar conhecimento dos fundamentos técnicos e teóricos da hidrocinesioterapia.
- Caracterizar a movimentação corporal em meio aquático.
- Identificar os equipamentos e os materiais de apoio para a aplicação desta técnica terapêutica.
- Demonstrar capacidade de adaptação às tarefas a desempenhar neste tipo de terapia.

**Conteúdos**

- Conceito geral de Hidrocinesioterapia
- A hidrodinâmica e a sua aplicação na Hidrocinesioterapia
- O movimento na água e a sua diferença em relação ao movimento no solo
- Principais aplicações da Hidrocinesioterapia
- Efeitos fisiológicos e efeitos psicológicos da Hidrocinesioterapia
- Principais indicações e contra-indicações desta terapia
- Principais cuidados a ter com os utentes, antes, durante e depois dos tratamentos
- Principais cuidados a ter com os equipamentos e com a utilização das instalações

4876

Técnicas de hidrocinesioterapia - piscinas

Carga horária  
50 horas

**Objectivo(s)**

- Rever as principais aplicações da Hidrocinesioterapia.
- Utilizar as técnicas de Hidrocinesioterapia em piscinas.
- Manusear o equipamento adstrito às diferentes técnicas de Hidrocinesioterapia aplicadas em piscinas, de acordo com as normas de utilização.
- Reconhecer a necessidade permanente de acompanhar, de orientar e de auxiliar os utentes .
- Adoptar boas práticas sanitárias.
- Participar activamente no trabalho em equipa.

**Conteúdos**

- Exercícios e programas de exercícios terapêuticos aplicados em piscina
- Efeitos fisiológicos, psicológicos, indicações e contra-indicações
- Regras de utilização e aplicação dos vários equipamentos de apoio:
  - flutuadores
  - colares de flutuação
  - cintos e coletes de flutuação
  - pranchas
  - barras-bóia
  - aparelhos de resistência à flutuação
  - barbatanas
  - thermands

4877

Técnicas de hidrocinésioterapia – tanques de Hubbard

Carga horária  
25 horas

### Objectivo(s)

- Rever as principais aplicações da Hidrocinésioterapia.
- Caracterizar o tanque de Hubbard.
- Utilizar as técnicas de Hidrocinésioterapia em Tanques de Hubbard.
- Manusear o equipamento adstrito às técnicas de Hidrocinésioterapia aplicadas em Tanques de Hubbard, de acordo com as normas de utilização.
- Reconhecer a necessidade permanente de acompanhar, de orientar e de auxiliar os utentes .
- Adoptar boas práticas sanitárias.
- Participar activamente no trabalho em equipa.

### Conteúdos

- O tanque de Hubbard: características, vantagens e desvantagens
- Exercícios e programas de exercícios terapêuticos aplicados em tanques de Hubbard
- Posicionamento no aparelho e transferência do doente
- Principais cuidados a ter com os equipamentos e com a utilização das instalações
- Principais cuidados a ter com o acompanhamento dos utentes

4878

Técnicas de otorrinolaringologia e hidropónia

Carga horária  
50 horas

### Objectivo(s)

- Caracterizar a técnica de O.R.L.
- Descrever a técnica de ingestão de água termal.
- Utilizar as técnicas de O.R.L. e de ingestão de água termal.
- Manusear o equipamento adstrito à técnica de O.R.L., de acordo com as normas de utilização.
- Manusear o equipamento adstrito à técnica de ingestão de água termal, de acordo com as normas de utilização.
- Dar instruções sobre a utilização correcta do balneário e dos seus equipamentos e agir em conformidade.
- Reconhecer a necessidade permanente de acompanhar, de orientar e de auxiliar os utentes .
- Adoptar boas práticas sanitárias .

### Conteúdos

- Técnicas de aplicação das diferentes terapias
- Caracterização geral dos aparelhos

#### Otorrinolaringologia

- Nebulização individual.
- Nebulização colectiva.
- Aerosol.
- Aerosol sónico.
- Pulverização.
- Irrigação nasal
- Drenagem de *proetz* (breve referência)

#### Hidropónia

- Ingestão de água termal
  - Quantidade
  - Frequência
  - Patologia
  - Utente

4879

Massagem manual – conceitos básicos

Carga horária  
25 horas

### Objectivo(s)

- Tomar conhecimento da evolução cronológica das técnicas de massagem manual.
- Distinguir as diferentes técnicas de massagem manual.
- Reconhecer e interpretar os principais efeitos terapêuticos associados a cada técnica de massagem manual.

### Conteúdos

- História da introdução e evolução das técnicas de massagem manual
- Técnicas básicas da massagem manual
- Técnicas especiais de massagem (breve referência)
- Combinação de técnicas e variações
- Principais efeitos terapêuticos da massagem manual no organismo
- Posicionamento do doente e do técnico durante a massagem
- Lubrificação, local de trabalho e equipamentos
- Indicações e contra-indicações da massagem
- Cuidados a observar

4880

Massagem manual local

Carga horária  
50 horas

### Objectivo(s)

- Sistematizar os conceitos básicos sobre a massagem manual.
- Distinguir e executar as diferentes técnicas de massagem manual local quanto ao ritmo, pressão e frequência, segundo a zona a tratar.
- Identificar os principais efeitos terapêuticos associados a cada técnica de massagem manual local.
- Colocar o equipamento de apoio adstrito a cada uma das técnicas de massagem manual local, de acordo com as normas de segurança e utilização.
- Revelar adequação de posicionamento face ao doente, durante a execução de cada uma das técnicas.
- Dominar o tipo de cuidados a ter consoante o local de massagem.

### Conteúdos

- Massagem para-vertebral
- Massagem lombar
- Massagem do pé
- Massagem do joelho
- Massagem da anca
- Massagem da mão
- Massagem do cotovelo
- Massagem do ombro
- Massagem cervical
- Massagem abdominal
- Massagem facial

4881

Massagem manual geral

Carga horária  
50 horas

**Objectivo(s)**

- Distinguir as diferentes técnicas de massagem manual local que levam à massagem geral.
- Identificar os principais efeitos terapêuticos associados a cada técnica de massagem manual e o seu efeito geral no organismo.
- Utilizar o equipamento de apoio adstrito a cada uma das técnicas de massagem manual local.
- Associar coordenadamente várias técnicas de massagem manual local de modo a executar uma massagem manual geral.

**Conteúdos**

- Massagem dos grupos musculares associados a cada articulação
- Sequência da massagem manual
- Tempos médios para cada zona a massajar e tempos totais
- Técnicas de aplicação
- Posicionamento
- Ritmo e pressão aplicados
- Frequência da massagem
- Local de tratamento
- Equipamento de apoio
- Principais cuidados a respeitar

4882

Lamas

Carga horária  
50 horas

### Objectivo(s)

- Identificar os diferentes tipos de lamas.
- Reconhecer e relacionar as características físico-químicas de cada tipo de lama.
- Tomar conhecimento dos principais efeitos sobre o organismo.
- Distinguir os benefícios terapêuticos específicos de cada tipo de lama.
- Identificar os equipamentos e os materiais de apoio para a aplicação desta técnica terapêutica.
- Preparar lamas vegeo-minerais para aplicação terapêutica.
- Preparar parafangos para aplicação terapêutica.
- Utilizar a terapia com lamas, cumprindo as regras de aplicação.
- Manusear o equipamento adstrito a cada uma das técnicas de terapia com lamas.

### Conteúdos

#### As lamas vegeo-minerais

- Constituição
- Maturação
- Forma de preparação para a aplicação
- Formas de aplicação
- Aplicação sobre zonas a tratar
- Remoção e limpeza da lama
- Cuidados a ter com o doente
- Tempos médios de duração dos tratamentos
- Temperaturas usuais
- Indicações terapêuticas e cosméticas
- Principais contra-indicações
- Equipamentos e materiais de apoio

#### As lamas preparadas - parafangos

- Constituição
- Formas de preparação para a aplicação
- Formas de aplicação sobre as zonas a tratar
- Remoção e limpeza da lama
- Indicações terapêuticas
- Principais contra-indicações
- Cuidados a ter com o doente
- Tempos médios de duração dos tratamentos
- Temperaturas usuais
- Equipamentos e materiais de apoio

0683

Ética e deontologia profissionais

Carga horária  
25 horas

### Objectivo(s)

- Reconhecer as exigências éticas associadas à sua actividade profissional.
- Identificar os factores deontológicos associados à sua actividade profissional.
- Reconhecer as suas próprias competências e funções.
- Reconhecer as exigências éticas e deontológicas em relação aos seus colegas de trabalho, à própria organização e ao público externo.

### Conteúdos

#### Exigências éticas

- Discrição
- Consciência dos valores hierárquicos
- Sentido de disciplina
- Disponibilidade
- Pontualidade
- Assiduidade

#### Factores deontológicos

- Capacidade de organização
- Sentido de antecipação
- Capacidade de realização profissional
- Boa cultura geral
- Facilidade de expressão oral e escrita
- Criatividade
- Polivalência
- Facilidade nas relações interpessoais
- Sigilo profissional
- Vivência do sentido da solidariedade social
- Sentido da obrigação da competência

#### Exigências em relação a si próprio/a e às suas funções

- Competências
- Aptidões
- Responsabilidade na tomada de decisões e acções
- Uso dos conhecimentos e experiências no sentido da produtividade
- Objectividade (análise racional dos factos)

#### Exigências em relação aos colegas de trabalho

- Respeito pela dignidade da pessoa humana
- Valorização pessoal e profissional dos colegas
- Consideração por sugestões, problemas e necessidades dos outros
- Exercício da liberdade com responsabilidade no trabalho

#### Exigências em relação à organização

- Participação nos objectivos da organização
- Promoção do desenvolvimento da imagem da organização
- Uso correcto de materiais e equipamentos
- Discernimento de julgamento em eventuais situações de conflito
- Sigilo profissional

0683

Ética e deontologia profissionais

Carga horária  
25 horas

**Conteúdos** *(Continuação)*

**Exigências em relação ao público externo**

- Respeito e confiança
- Princípio da livre concorrência
- Comunicação bilateral

4884

Relacionamento interpessoal - atendimento

Carga horária  
25 horas

**Objectivo(s)**

- Reconhecer a importância do relacionamento interpessoal no trabalho.
- Caracterizar a comunicação como processo fundamental ao relacionamento interpessoal.
- Identificar a importância e repercussões do comportamento nas relações interpessoais.
- Enumerar as vantagens do estilo afirmativo.
- Reconhecer os diferentes tipos de conflitos.
- Caracterizar as estratégias mais adequadas à resolução de conflitos.
- Avaliar a importância de um atendimento eficaz aos utentes de um serviço de saúde.

**Conteúdos**

- O relacionamento interpessoal
- Tipos de Comunicação
- A comunicação e as relações interpessoais
- O comportamento e as relações interpessoais
- Postura afirmativa e negativa e respectivas repercussões
- Identificação e resolução de conflitos
- Regras de atendimento aos utentes

## 6. SUGESTÃO DE RECURSOS DIDÁTICOS

- ADAMS, Raymond; VICTOR, Maurice; ROPPER, Allan H. – Neurologia. 6ª ed. Rio de Janeiro: McGraw-Hill, cop. 1998
- ALLER, L.; BENNETTE, T.; LEHR, J.H.; PETTY, R.; HACKETT, G. (1987) - "DRASTIC: "A Standardized System for Evaluating Ground Water Pollution Using Hydrogeologic Settings". National Water Well Association. U.S.A.
- ALMEIDA, Fernando (1995) - Psicologia para Gestores - Comportamentos de Sucesso nas Organizações. Alfragide, McGraw-Hill.
- Atlas De Anatomia Humana. Demétrio Gowdak, Luís Henrique Gowdak. Editora FTD
- BARROS, Elvino [et al.] – Nefrologia: rotinas, diagnóstico e tratamento. 2ª ed. Porto Alegre: Rtmmed, 1999.
- BATES, Andreas e HANSON, Norm Exercícios Aquáticos Terapêuticos (1ª edição). São Paulo: Editora Manole, 1998
- BAZIN, Sarah & KITCHEN, Sheila; 1998 – "Electroterapia de Clayton". 10 edição, Editora Manole, São Paulo Brazil, 1998
- BECKER, Paul D. & WOOD, Elizabeth C. – "Massagem de Beard". 3ª edição. Editora Manole, São Paulo, Brasil.
- BEUCLER, A.; BARBIZET, J. – As Quedas dos Velhos, in: SERVIR 24 (5), 1976.
- BONACHELA, Vicent (2001) – "Hidro Localizada", S. Paulo, Edições Sprint.
- BOZIAN, Marguerite W.; CLARK, Helen M. – Compensação das alterações sensoriais nos idosos, in: SERVIR, 31 (3), 1983, p. 141.
- CAMPION, M. R. (2000) – "Hidroterapia – Princípios e Prática", 1ª ed., Editora Manole.
- CAMPOS, Luís S. – Entender a Bioquímica: o metabolismo fundamental em animais e plantas. Lisboa: Escolar Editora, 1998.
- CANOBBIO, Mary M. – Transtornos Cardiovasculares. Barcelona: Mosby, cop. 1993. (Mosby de enfermería clínica).
- CARPENTER, Malcolm B. – Neuroanatomía: fundamentos. 4ª ed. Buenos Aires: Editorial Médica Panamericana, 1996.
- CARVALHO, J. M. (1988) - "Pesquisa e Captação de Águas Minero-Medicinais e de Mesa". Seminário sobre Termalismo. Associação Nacional dos Industriais de Águas Minero Medicinais e de Mesa. Luso.
- CARVALHO, J. M. (1995) - "Desenvolvimento de Recursos Hidrominerais no Maciço Hespérico". Universidade do Porto - Faculdade de Ciências. Museu e Laboratório Mineralógico e Geológico. Memória nº4, p. 445-449. Porto.
- CASTRO, Álvaro M; TARRINHO, Augusto - Segurança Higiene e Saúde no Trabalho. 2ª Edição. Editora Rei dos Livros. 2001.
- CATÁLOGO DE PUBLICAÇÕES DO IDICT, Instituto de Desenvolvimento e Inspeção das Condições de Trabalho.
- COCA PAYERAS, Antonio [et al.] – Casos Clínicos en Hipertensión Arterial. Barcelona: Biblio stm, cop. 1998.
- COLLAÇO, F. Magalhães – Endocrinologia: conceitos actuais. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian, 1980.
- CORDEIRO, A. J. A. Robalo – Pneumologia Fundamental. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian, 1995.
- CUNHA, L. V.; GONÇALVES, A. S.; FIGUEIREDO, V. A.; LINO, M. (1980) - "A Gestão da Água. Princípios fundamentais e sua aplicação em Portugal". Fundação Calouste Gulbenkian.
- CUSTODIO, E.; LLAMAS, M. R. (1983) - "Hidrologia Subterranea". 2º Ed. Ediciones Omega. Barcelona.
- CYRIAX - Text book of ortopedic medicine, Volume 2, 8ª ed., Londres: Bolliere Trindal, 1982.
- D. Eitner, W. Kuprian, L. Meissmer, H. Ork (1989). Werner Kuprian – "Fisioterapia nos Esportes". São Paulo: Editora Manole.
- DANI, Renato – Gastroenterologia Essencial. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, cop. 1998.
- DARCY Ann Umphred - Fisioterapia neurológica, 2ª edição. Editora Manole Lda., 1994
- DE DOMENICO, Wood – "Técnicas da Massagem Terapêutica (200), Edições Manole.
- DI MASI, Fabrizio (2003) – "Hidro: Propriedades Físicas e Aspectos Fisiológicos", S. Paulo, Edições Sprint
- Dicionário de Medicina Natural (1994). Selecções do Reader's Digest (1ª Edição). Lisboa: Selecções do Reader's Digest.
- EPA (1993) - "Wellhead Protection: A Guide For Smal Communities". Seminar Publication. Office of Research and Development. Office of Science, Planning and Regulatory Evaluation Center For Environmental Research Information. Cincinnati, OH 45268. U.S.A
- ESTANQUEIRO, António - Saber Lidar com as Pessoas. Lisboa: Presença, 1992.
- FACHADA, Odete - Psicologia das Relações Interpessoais. Lisboa: Rumo, 1998.
- FAUCI, Anthony S., ed. lit [et al.] – Harrison Medicina Interna. 14.ª ed. Rio de Janeiro: McGraw-Hill, cop. 1998. 2 vol.
- FRITZ, Sandy – "Técnicas de Massagem" (2002), 4ª ed., Edições Manole/Dinalivro.
- GARNIER, Marguerite – Envelhecer, um drama social, in SERVIR 23 (6), p. 238.
- GASPAS, Cândido Dias, Introdução à Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho, 1.ª Edição. Editora Universidade Aberta.
- GOWDAK, Demétrio, GOWDAK, Luís, Henrique Atlas de Anatomia Humana, Editora FTD´

- GRAY' S - Anatomy. Descriptive and Applied. Longman.
- GUYTON, Arthur C.; HALL, John E. – Tratado de fisiologia Médica. 9.ª ed., Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, cop. 1997.
- HALL, Carrie M. et al.- Exercícios terapêuticos na busca da função. 2ª ed. Guanabara Koogan, Rio de Janeiro.
- HALPERN, Manuel Júdice – Bioquímica. Lisboa: Lidel, cop. 1997
- HARRIES, R. - Kinesiology. Boston: Houghton Mifflin Co.,1977.
- HEBERT, Sizinio; XAVIER, Renato – Ortopedia e traumatologia. Porto Alegre: Artes Médicas, 1995.
- HELLER, Robert - Como Comunicar com Clareza. Porto: Civilização, 1998.
- JACOB, Stanley W.; FRANCONI, Clarice Ashworth; LOSSOW, Walter J. – Anatomia e Fisiologia Humana. 5.ª ed., Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 1990.
- KISNER, Carolyn e COLBY, Lynn - Exercícios Terapêuticos (2ª edição). São Paulo: Editora Manole, 1992.
- KITCHEN, Sheila – “Electroterapia: prática baseada em evidências”(2003), 7ª ed., Editores Manole.
- KOTTHE, F. e LEHMAN - Tratado de Medicina Física e Reabilitação de Krusen, volumes 1 e 2 (4ª Edição). São Paulo: Editora Manole, 1994.
- KOURY, Joanne M. - Programa de Fisioterapia Aquática (1ª edição). São Paulo: Editora Manole, 2000.
- LESSA, Almerindo – O IV Mundo: 500 Milhões de Idosos entre os quais um Milhão de Portugueses, in: SERVIR, 30 (5), 1982.
- LITTLEJOHN, Stephan (1988), Fundamentos Teóricos da Comunicação Humana, Rio de Janeiro, Guanabara.
- Minicucci , A. (1989), Relações Humanas, 3º Edição, São Paulo, Atlas.
- LORENZO SELLARÉS, Víctor [et al.] – Manual de Nefrología Clínica, Diálisis y Trasplante Renal. Madrid: Harcourt Brace, cop. 1998.
- LOURENÇO, O. – Psicologia do Desenvolvimento Moral, Teoria Dada e Implicações. Coimbra: Liv. Almerinda, 1998.
- MAITLAND, G.- Manipulação Vertebral (5ª edição). São Paulo: Medicina Panamericana Editora do Brasil, 1989.
- MANUAL DOS PRIMEIROS SOCORROS. Stanley Milles.Europa - América
- MARSILY, G. (1994) - “A água”. Biblioteca básica de Ciência e Cultura. Instituto Piaget.
- MARTINS, Victor - Práticas oficinais. Plátano Editora.
- MATIAS, José – “Sistemas analógicos e digitais” -10º ano-1º e 2º vols., Didáctica Editores.
- McDERMOTT, Michael T. – Segredos em endocrinologia: respostas necessárias ao dia-a-dia: em rounds, na clínica, em exames orais e escritos. Porto Alegre: Artes Médicas, 1997.
- MCNAB, Chris. Técnicas de Sobrevivência. Editorial Estampa, Lda
- México: Harla, 1975.
- MIGUEL, A.S.S.R - Manual de Higiene e Segurança do Trabalho. Porto: Porto Editora, 2002.
- MILLES, Stanley. Manual dos primeiros Socorros. Europa - América
- MINICUCCI , A. (1989) - Relações Humanas, 3ª ed. São Paulo, Atlas.
- NAZARETH, J. Manuel – O envelhecimento da população portuguesa, s. ed., Lisboa, Editorial Presença Lda.,1979;
- OMS – A Velhice – um problema que nos diz respeito a todos, in: SERVIR, 23 (1), 1975, 14.
- OMS – Prevenção das perturbações mentais nos velhos, in: SERVIR, 24 (1), 1976, p. 39.
- PEIXOTO, J.P. (1979) - “O Ciclo da Água em Escala Global”. Secretaria de Estado do Urbanismo e Ambiente Comissão Nacional do Ambiente. 2ª edição. Lisboa.
- PESQUISA EM ENFERMAGEM, in SERVIR, 27 (5), 1979.
- PINA, J. A. ESPERANÇA – Anatomia Humana da Locomoção. 2ª ed. Lidel.
- POLIN, Richard A. – Segredos em Pediatria. 2ª ed. Artes Médicas.
- Problemas respiratorios. Barcelona: Masson, 1991. 165 p.(Nurse review; 1).
- QUEIROZ, Mário Viana – Reumatologia volume 1 – fundamentos da reumatologia. Lidel
- RICARDO, C. P.; TEIXEIRA, A.N. – “Moléculas Biológicas – estrutura e propriedades”. 4ª edição. Didáctica Editora
- RICHMOND, C. – A Gentle Revolution in Community Care is Under Way in Britain. Can. Med. Assoc.,1994
- RIGAS, Basil; SPIRO, Howard M. – Gastroenterologia Clínica. 4ª ed. Alfragide: McGraw-Hill, cop. 1996.
- ROWLAND, Lewis P., ed. lit. – Merritt Tratado de Neurologia. 9ª ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, cop. 1997.
- SEELEY, Rod R. et al. – Anatomia e Fisiologia. 3ª ed. Lusodidacta. 1997
- SÉRGIO, J.S.; COUTINHO, I. & MARQUES, S. - Fundamentos de patologia para técnicos de saúde, 1ªEd. Loures: Lusociência. aparelho cardiovascular, pp. 59 – 97, 2002.
- SERRA, Luís M. A. – Critérios Fundamentais em Fracturas e Ortopedia. 2ª ed.Libel. 2001
- SINGER. P.(ed.) – A Companion to Ethics. Oxford: Blackwell Publishers, 1997
- SKINNER, A. e THOMSON A. DUFFIEL – Exercícios na água (3ª edição). São Paulo: Editora Manole, 1985.
- SLEISENGER, Marvin H.; FORDTRAN, Johns S. – Doenças Gastrointestinais. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, cop. 1991. 2 vol.
- SNIDER, Robert K. – Tratamento das Doenças do Sistema Musculoesquelético. São Paulo: Manole, 2000.

- SOBOTTA - Atlas de Anatomia Humana. 19ª ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, cop. 1993. 2 vols.
- SOBOTTA: Atlas de anatomia humana. 19ª ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, cop. 1993. 2 vols.
- SOUSHARD, E. Ginástica postural Global (3ª Edição Brasileira). Brasil São Paulo: Editora Manole, 1988.
- SROUR, R.H.– Poder, Cultura e Ética nas Organizações. Rio de Janeiro: Editora Campus. 1998
- STARLING, E.; EVANS, C. L. – Princípios de Fisiologia Humana. 2ª ed. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian, 1978.
- TORTORA, Gerard J.; ANAGNOSTAKOS, Nicholas Peter – Principios de Anatomia y Fisiologia. México: Harla, 1975.
- TUREK, Samuel L. – Ortopedia: princípios e sua aplicação. São Paulo: Manole, 1991. 3 vol.
- VALENQUELA, M. A. "Curas Balneárias y Climáticas, Talosoterapia y Helioterapia". Madrid: Editorial Complutense.
- VIVIER, Anthony – Atlas de Dermatologia Clínica. 2ª ed. São Paulo: Manole, 1995.
- WALKER, Ester M. – Para os amigos dos Velhos, in: SERVIR 23 (6), 1974, p.236.
- WILSON, Susan F.; THOMPSON, June M. – Transtornos Respiratorios. Barcelona: Mosby, cop. 1993.(Mosby de enfermería clínica).
- WIRHED, R. (1986). Atlas de Anatomia do Movimento. São Paulo: Editora Manole.
- WITT, Aracy; BASTIAN, Ernestine – Alguns aspectos do problema social da velhice: campo novo para pesquisa em enfermagem, in: SERVIR, 27 (5), 1979, p. 215

#### SITES A CONSULTAR:

<http://boasaude.uol.com.br>  
<http://members.tripod.com/themedpage/fisiologia.html>  
<http://www.anatomia.tripod.com/>  
<http://www.dermatologia.net/>  
<http://www.geocities.com/~malaghini/resumo.html>  
<http://www.geriatrianet.com/>  
<http://www.iapmei.pt/>  
<http://www.icb.ufmg.br/pat/pathip.html>  
<http://www.igm.ineti.pt>  
<http://www.patologiaonline.hpg.ig.com.br>  
<http://www.saudetotal.com/infomed/links/anatomia.html>  
<http://www.social.web.pt/>  
[www.abergo.org.br](http://www.abergo.org.br)  
[www.aecops.pt](http://www.aecops.pt)  
[www.aiccopn.pt](http://www.aiccopn.pt)  
[www.corpohumano.hpg.com.br](http://www.corpohumano.hpg.com.br)  
[www.dge.pt](http://www.dge.pt)  
[www.dgsaude.pt](http://www.dgsaude.pt)  
[www.drgate.com.br](http://www.drgate.com.br)  
[www.idict.gov.pt](http://www.idict.gov.pt)  
[www.ipq.pt](http://www.ipq.pt)  
[www.ocorpohumano.com.br](http://www.ocorpohumano.com.br)  
[www.osha.gov.pt](http://www.osha.gov.pt)  
[www.spmtrabalho.pt](http://www.spmtrabalho.pt)  
[www.webciencia.com](http://www.webciencia.com)  
[www.wikipedia.org/wiki/Corpo\\_humano/](http://www.wikipedia.org/wiki/Corpo_humano/)

#### LEGISLAÇÃO PORTUGUESA APLICÁVEL E NORMAS INTERNACIONAIS:

- Diário da República – decreto regulamentar nº18/92 de 13 de Agosto
- Diário da República - decreto-lei nº235/97 de 3 de Setembro
- Diário da República - decreto-lei nº236/98 de 1 de Agosto. I Série-A
- Diário da República - decreto-lei nº382/99 de 22 de Setembro. I Série-A
- Diário da República – portaria nº 895/94 de 3 de Outubro
- Diário da República (1990) – decreto-lei nº 84/90 de 16 de Maio
- Diário da República (1990) – decreto-lei nº 85/90 de 16 de Março
- Diário da República (1990) – decreto-lei nº 86/90 de 16 de Março
- Diário da República (1990) –decreto-lei n.º 74/90, de 7 de Março. I Série
- DL n.º 142/2004 de 11.06, DL n.º 86/90 de 16.03, DL n.º 90/90 de 16.03.
- DL n.º 142/2004 de 11.06, DL n.º 86/90 de 16.03, DL n.º 90/90 de 16.03

- NP 4397:2001 – Sistemas de Gestão da Segurança e Saúde do Trabalho.
- Carta dos direitos fundamentais da União Europeia;
- Convenções da Organização Internacional do Trabalho
- Declaração Universal dos direitos do Homem;
- Manual de Boas Práticas Sanitárias
- Arquivos do Instituto Geológico e Mineiro, Lisboa

**OUTROS RECURSOS:**

- Aparelhos de medição do ruído e iluminação.
- Artigos de publicações periódicas.
- Catálogos e fichas técnicas de Equipamentos.
- Equipamento de projecção e reprodução audiovisual (TV, retroprojector, videoprojector).
- Jogos didácticos.
- Mapas do corpo humano.
- Material de apoio para técnicas simuladas (talas, ligaduras, coletes, insufláveis, etc.).
- Meios informáticos.
- Palestras a cargo de especialistas.
- Textos de apoio fornecidos pelo formador.
- Transparências, diapositivos e vídeos.