

CURSO DE ATIVIDADE FÍSICA, SAÚDE E DESPORTO

Unidade curricular:

Traumatologia e Primeiros Socorros

Curricular Unit:

Trauma and First Aid

Docente responsável (preencher o nome completo):

Responsible academic staff member (fill in the fullname):

Domingos Gomes

Objetivos da unidade curricular e competências a desenvolver (1000 caracteres);

Objetivos: analisar aspectos preventivos da prática do exercício físico relativamente à mortalidade e morbilidade; estudar as lesões mais frequentes no praticante desportivo segundo as modalidades; considerar as condições médico-clínicas para a prática de um desporto; compreender a importância dos fundamentos teóricos e práticos do suporte básico de vida; adquirir conhecimentos sobre medidas para preservar a vida, evitar o agravamento da vítima e promover o seu restabelecimento.

Competências: revela conhecimentos sobre os aspectos preventivos da prática do exercício físico e lesões frequentes no praticante desportivo conforme a modalidade; sabe ponderar sobre as condições médico-clínicas para a prática do desporto; revela saberes sobre os fundamentos teóricos do suporte básico de vida; aplica medidas de preservação da vida, de evitar o agravamento da vítima e de promover o seu restabelecimento.

Objectives of the curricular unit and competences to be developed (1000 caracteres)

Objectives: To examine the preventive aspects of physical exercise on mortality and morbidity; study the most frequent injuries in the athlete according to the procedures, consider the conditions for medical and clinical practice of a sport, understand the importance of theoretical and practical foundations of basic life support, acquire knowledge about measures to preserve life, prevent the worsening of the victims and promote their recovery.

Skills: reveals knowledge about the preventive aspects of physical exercise and frequent injuries in the athlete as the embodiment; know pondering the medical and clinical conditions for the practice of sport; reveals knowledge about the theoretical foundations of basic life support, applies measures to preserve life, prevent worsening of the victim and to promote their recovery.

Conteúdos programáticos (1000 caracteres):

Exame médico desportivo: morte súbita, causas, mecanismos e dúvidas permanentes
Lesões: incidências e mecanismos
Lesões mais frequentes e específicas em diferentes modalidades desportivas
Prevenção geral e especial: agentes, processos e equipamentos
Metodologia terapêutica, local, geral e específica.
Primeiros socorros: Conceito e princípios fundamentais; exame e abordagem da vítima; observação sistematizada
Suporte Básico de Vida (SBV): fundamentos teóricos e práticos; manobras de reanimação cardio-respiratória

Syllabus (1000 caracteres)

Medical examination of sport: sudden death, causes, mechanisms and doubts permanent
Injury: mechanisms and implications
More frequent and specific lesions in different sports
General and specific deterrence: agents, processes and equipment
Therapeutic methodology, local, general and specific.
First Aid: fundamental concepts and principles, approach and examination of the victim; systematic observation
Basic Life Support: theoretical and practical; resuscitation cardiopulmonary

Referências bibliográficas (máximo três títulos):

Bonito, J.(2000). Práticas de primeiros socorros-um guia para salvar vidas. 1ªed.Lisboa:Publicações Dom Quixote.ISBN 972-20-1732-2.
Mellion, M.B. (1997).Segredos em medicina desportiva. S. Paulo: Artes Médicas.
Kindersley, D.(2003).Manual de Primeiros Socorros. Porto:Civilização.ISBN 989-550-046-7.
Rocha, M.(2004).Aspectos diversos da Medicina do Exercício. Rio de Janeiro: Livraria Editora Revinter.ISBN 85-7309-779-5.
Hillman, S.K.(2002).Avaliação, Prevenção e Tratamento Imediato das Lesões Esportiva. Brasil: Manole. ISBN 85-204-1286-2002.

O regente (data e assinatura):