

Unidade curricular:

Reabilitação e funcionalidade física no idoso

Curricular Unit:

Rehabilitation and physical functioning in the elderly

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

Adquirir conhecimento transversal sobre reabilitação e funcionalidade física no idoso.

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

Acquire transversal knowledge about rehabilitation and physical functionality in the elderly.

Conteúdos programáticos (1000 caracteres):

Aulas Teóricas:

- Biopatologia do envelhecimento
- A reabilitação e os seus processos
- Funcionalidade do idoso
- A importância do posicionamento dos idosos no leito.
- Material de ajuda técnica
- Tipos de marcha
- Diferentes locais para a reabilitação e estimulação da funcionalidade do idoso

Aulas Práticas:

- Massagem e suas utilidades
- Mobilização
- Equipamento e material utilizado em reabilitação
- Técnicas de transferência e transporte
- Utilização dos auxiliares de marcha (andarrilho, cadeira de rodas, canadianas, etc.)
- Posicionamento correto do idoso acamado.

Syllabus (1000 caracteres)

Theoretical classes:

- Biopathology of aging
- Rehabilitation and its processes
- Functionality of the elderly
- The importance of the positioning of the elderly in the bed.

- Technical support material
- Types of walking

Practical classes:

- Massage and its uses
- Principles of mobilization
- Equipment and equipment used in rehabilitation
- Transfer and transport techniques
- Use of walking aids (wandering, wheelchair, Canadian, etc.)
- Correct positioning of the bedridden elderly.

Referências bibliográficas (máximo três títulos):

Direcção-Geral da Saúde. (2008). Guia de orientação para prevenção de lesões musculoesqueléticas relacionadas com o trabalho: Programa nacional contra as doenças reumáticas. Lisboa: Autor.

Direcção-Geral da Saúde. (2008). Guia para o doente e família: Vamos evitar as escaras. Lisboa: Autor.

Kisner, C., & Colby, L.A. (2005). Exercícios terapêuticos: Fundamentos e técnicas (4ª ed.). São Paulo: Manole.