



Área de  
Primeiros Socorros

ESCOLA NACIONAL DE BOMBEIROS

Centro de Formação

para Empresas  
e Instituições

## Curso de Primeiros Socorros

### Objetivos gerais

Habilitar os formandos com conhecimentos que lhes permitam prestar a primeira assistência a vítimas de acidente ou de doença súbita, até à chegada dos meios de socorro.

### Destinatários

Funcionários de empresas e instituições. Elementos pertencentes a equipas de primeiros socorros. Particulares.

### Formandos por ação

Até doze (12) formandos por ação.

### Modalidade de formação

Formação certificada não inserida no Catálogo Nacional de Qualificações – outra formação profissional.

### Forma de organização da formação

Regime presencial, sendo obrigatória a frequência de 90% da carga horária.

### Locais de realização

Nas instalações da Escola Nacional de Bombeiros (em Sintra ou em S. João da Madeira).

### Data e horário de realização

Data indicada na Ficha de Inscrição.

Horário laboral, das 09h00 às 17h00.

### Conteúdos programáticos e carga horária

Conteúdos programáticos	Carga horária			
	CT	PS	PCT	Total
Sistema integrado de emergência médica	0h30			0h30
Exame da vítima	1h00	2h30		3h30
Suporte básico de vida	1h00	4h00		5h00
Emergências médicas: <i>desmaio; acidente vascular cerebral; dor torácica; diabetes; dificuldade respiratória; convulsão</i>	2h00			2h00
Intoxicações	1h00			1h00
Controlo de hemorragias	1h00	0h30		1h30
Choque hipovolémico	0h30			0h30
Lesões da pele	1h00			1h00
Fraturas	0h30	1h00		1h30
Traumatismos cranianos e da coluna	0h30	3h00		3h30
Avaliação	1h00			1h00
	10h00	11h00	---	21h00

CT: científico-tecnológico (teórica); PS: prática simulada; PCT: prática em contexto de trabalho.

**Obs.:** Algoritmo do suporte básico de vida de acordo com as diretrizes do Conselho Europeu de Ressuscitação.

### Metodologias de formação

Método expositivo, centrado na transmissão oral dos conteúdos.

Método demonstrativo, centrado na explicação e demonstração de tarefas seguida da realização de exercícios práticos.

### Critérios e metodologias de avaliação

Avaliação formativa, realizada ao longo da ação e em todas as situações de aprendizagem (avaliação da atitude e da técnica).

Avaliação sumativa, realizada no final da ação através da aplicação de uma prova de escolha múltipla de 30 questões.

Para aprovação são condições obrigatórias a obtenção de nota positiva em todos os parâmetros de avaliação da técnica (exame da vítima e suporte básico de vida) e a obtenção de nota positiva na avaliação sumativa (prova de escolha múltipla).

### Recursos humanos

#### A garantir pela ENB:

Um formador, com habilitação profissional específica na área de primeiros socorros ou socorro pré-hospitalar, detentor de CAP ou CCP de formador.

## Recursos pedagógicos

### A disponibilizar pela ENB:

Será entregue, a cada formando, um manual de primeiros socorros e uma máscara de reanimação cardiorrespiratória.

## Equipamentos e consumíveis

### Equipamentos a disponibilizar pela ENB:

Manequins para prática de suporte básico de vida; Esfignomanómetro; Estetoscópio; Talas de madeira; Tesoura.

### Consumíveis a disponibilizar pela ENB:

Compressas, ligaduras, fita adesiva, lençol de urgência e luvas.

### Os formandos devem ser portadores de:

Vestuário e calçado confortável (calças); Cópia do documento de identificação (Bilhete de Identidade, Cartão de Cidadão, Passaporte e/ou Título de Residência).

## Certificação

Concluída a ação, com aproveitamento, e após boa cobrança da(s) fatura(s), são emitidos os respetivos certificados e cartões de socorrista válidos durante três anos.

Certificados emitidos via Sistema de Informação e Gestão da Oferta Educativa e Formativa (SIGO), conforme Portaria 474/2010 de 8 de julho.

## Preços

Preço por inscrição individual - simples	<b>140,00€</b>
Preço por inscrição individual - com almoços incluídos	<b>155,00€</b>
Preço por inscrição individual - com alojamento (três noites), pequenos-almoços e almoços incluídos	<b>200,00€</b>
Preço por inscrição individual - com alojamento (três noites), pequenos-almoços, almoços e jantares incluídos	<b>210,00€</b>

Preços isentos de IVA de acordo com o n.º 14 do Art.º 9 do CIVA.

## Inscrições

Preencher Ficha de Inscrição e enviar para: [formacao.empresas@enb.pt](mailto:formacao.empresas@enb.pt)