

Mestrado Próprio

Psicologia de Urgências e Emergências





## Mestrado Próprio

### Psicologia de Urgências e Emergências

- » Modalidade: online
- » Duração: 12 meses
- » Certificação: TECH Universidade Tecnológica
- » Créditos: 60 ECTS
- » Tempo Dedicado: 16 horas/semana
- » Horário: ao seu próprio ritmo
- » Exames: online

Acesso ao site: [www.techtute.com/pt/medicina/mestrado-proprio/mestrado-proprio-psicologia-urgencias-emergencias](http://www.techtute.com/pt/medicina/mestrado-proprio/mestrado-proprio-psicologia-urgencias-emergencias)

# Índice

01

Apresentação

---

*pág. 4*

02

Objetivos

---

*pág. 8*

03

Competências

---

*pág. 14*

04

Estrutura e conteúdo

---

*pág. 18*

05

Metodologia

---

*pág. 28*

06

Certificação

---

*pág. 36*

# 01

# Apresentação

O nível de stress que é gerado nas vítimas afetadas por uma crise ou situação de emergência é muito elevado. Isto pode ter consequências graves na sua saúde mental, tanto a curto, como a longo prazo, pelo que a intervenção dos profissionais de saúde deve incluir as estratégias psicológicas mais adequadas a cada caso. Com base nisto, a TECH desenvolveu um curso intensivo e multidisciplinar através do qual os médicos poderão atualizar os seus conhecimentos sobre a importância do apoio psicossocial em situações de emergência e catástrofes. Esta é uma certificação 100% online, intensiva e moderna que também lhe permitirá aperfeiçoar as suas competências básicas de primeiros socorros psicológicos e implementar as mais recentes técnicas do setor terapêutico na sua prática.





“

*Um curso intensivo e flexível que lhe permitirá implementar as estratégias mais eficazes e inovadoras de intervenção psicológica em situações de emergência na sua prática profissional”*

A importância dos primeiros socorros psicológicos quando ocorre uma situação de emergência ou de urgência (acidentes, catástrofes, morte súbita, etc.) é real. Vários estudos realizados por especialistas em psicologia determinaram que as sequelas decorrentes dos elevados níveis de stress gerados nestes contextos podem ser muito graves para o paciente, resultando numa maior deterioração cognitivo-comportamental. É por isso que os profissionais de saúde devem conhecer em detalhe as orientações de intervenção psicológica mais eficazes, bem como as estratégias mais inovadoras de acordo com as características da pessoa e a sua condição no momento da assistência.

Com base nisto, a TECH e a sua equipa de peritos desenvolveram este Mestrado Próprio em Psicologia de Urgências e Emergências, um curso intensivo, multidisciplinar e de ponta, através do qual os médicos poderão atualizar-se com as mais recentes técnicas de apoio psicossocial. Através de 1500 horas de material diverso, aprofundarão o conceito de stress e a resposta humana associada ao stress, sendo capazes de implementar os protocolos de primeiros socorros mais modernos e eficazes do setor na sua prática. Além disso, serão capazes de atualizar os seus conhecimentos sobre protocolos de ação em situações específicas e trabalharão para melhorar as suas competências na prevenção e gestão da ansiedade em contextos de emergência. Por fim, a certificação inclui um módulo específico dedicado às técnicas de grupo com intervenientes, permitindo aos especialistas incluir na sua prática as estratégias psicológicas mais inovadoras para trabalhar com os seus colegas quando surge uma situação traumática.

No entanto, para além da qualidade do seu plano de estudos, uma das características mais significativas deste Mestrado Próprio é o seu formato conveniente e flexível 100% online, graças ao qual os alunos poderão atualizar os seus conhecimentos de onde quiserem e com um horário totalmente adaptado à sua disponibilidade. Assim, a TECH dá-lhe a oportunidade de conjugar perfeitamente a sua atividade profissional com uma certificação adaptada às suas necessidades e às exigências da atividade médica de urgências.

Este **Mestrado Próprio em Psicologia de Urgências e Emergências** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado. As suas principais características são:

- ♦ O desenvolvimento de casos práticos apresentados por especialistas em Psicologia e Serviços de Urgência
- ♦ O conteúdo gráfico, esquemático e eminentemente prático do curso fornece informações científicas e práticas sobre as disciplinas essenciais para a prática profissional
- ♦ Exercícios práticos para a evolução da aprendizagem através da autoavaliação
- ♦ O destaque especial para as metodologias inovadoras
- ♦ Palestras teóricas, perguntas ao especialista, fóruns de discussão sobre questões controversas e atividades de reflexão individual
- ♦ Acesso ao conteúdo a partir de qualquer dispositivo fixo ou portátil com ligação à Internet



*Contará com um módulo específico dedicado à intervenção psicoterapêutica em vítimas de situações traumáticas, graças ao qual poderá atualizar os seus conhecimentos sobre técnicas de avaliação de trauma"*

“

*O seu conveniente formato 100% online permite-lhe conectar-se a partir de onde quer que esteja e através de qualquer dispositivo com uma ligação à Internet. Assim, será capaz de conjugar o decorrer deste Mestrado Próprio com a sua prática profissional"*

O corpo docente do curso inclui profissionais do setor que trazem a sua experiência profissional para esta capacitação, para além de especialistas reconhecidos de sociedades de referência e universidades de prestígio.

O seu conteúdo multimédia, desenvolvido com a mais recente tecnologia educacional, permitirá aos profissionais receberem uma aprendizagem situada e contextual, ou seja, um praticar num ambiente simulado que proporcionará uma capacitação imersiva programada para preparar situações reais.

A conceção deste curso baseia-se na Aprendizagem Baseada em Problemas, através da qual o instrutor deve tentar resolver as diferentes situações da atividade profissional que surgem ao longo do curso académico. Para tal, contará com a ajuda de um sistema inovador de vídeo interativo desenvolvido por especialistas reconhecidos.

*Um curso concebido exclusivamente para os profissionais médicos aperfeiçoarem os seus protocolos de gestão de crises de ansiedade.*

*Uma oportunidade académica única para aprender detalhadamente sobre os últimos desenvolvimentos relacionados com a prevenção e gestão do stress em diferentes situações.*



# 02 Objetivos

Este curso foi concebido com o objetivo de orientar médicos especialistas através do uso de estratégias psicológicas adaptadas ao contexto, de forma a atualizá-los em relação à intervenção em situações de urgências e emergências. Para isto, ser-lhes-á fornecido o melhor material teórico, prático e adicional, selecionado por uma equipa de peritos da área com vasta experiência na participação neste tipo de casos. Além disso, é uma certificação criada para os alunos alargarem os seus conhecimentos através de uma experiência académica que, sem dúvida, excederá até as suas expectativas mais exigentes.



“

*Gostaria de ser capaz de liderar equipas de intervenção em crise? Se este é um dos seus objetivos, este Mestrado Próprio irá aprofundar as diretrizes para garantir um bom trabalho de grupo"*



## Objetivos gerais

---

- ♦ Proporcionar aos alunos um quadro completo de uma situação de emergência ou de catástrofe que lhes permita agir com segurança e comodidade numa verdadeira intervenção de emergência
- ♦ Compreender a reação neurológica de uma pessoa em estado de crise, a fim de poder desenvolver métodos de intervenção eficazes
- ♦ Saber os motivos que levam alguém a entrar em crise e as suas diferentes reações nas diferentes fases de uma crise traumática
- ♦ Dominar as capacidades e estratégias de intervenção gerais para ajudar os afetados a enfrentar com sucesso cada uma das fases
- ♦ Dominar as técnicas específicas de apoio psicológico que facilitam a atuação nas diferentes situações críticas que podem ser encontradas numa intervenção
- ♦ Gerir os protocolos específicos de intervenção em diferentes situações, podendo desenvolver os seus próprios protocolos adaptados à situação variável e mutável da emergência
- ♦ Dominar as orientações e estratégias de autoproteção dos intervenientes que garantem a segurança do aluno em caso de intervenção
- ♦ Conhecer as técnicas de intervenção com intervenientes e ser capaz de liderar uma sessão de grupo pós-emergência
- ♦ Desenvolver competências para o manuseamento de equipamento em situações de emergência
- ♦ Conhecer e pôr em prática orientações de primeiros socorros para gerir as patologias físicas mais frequentes numa intervenção de crise





## Objetivos específicos

---

### **Módulo 1. A importância do apoio psicossocial em situações de emergência e catástrofes**

- ♦ Saber como surgiu a psicologia de emergência
- ♦ Estudar as diferenças entre emergências, catástrofes e urgências, conhecendo os tipos de emergências mais comuns
- ♦ Conhecer a importância do psicólogo em situações de emergência e distinguir os diferentes tipos de pessoas envolvidas num caso de emergência

### **Módulo 2. O stress, a resposta humana associada e o rescaldo da situação crítica**

- ♦ Estudar o processo bioquímico e biológico do stress e as consequências da resposta de ativação do stress no organismo
- ♦ Estudar os tipos básicos de emoções e o seu papel quando o organismo está sob stress
- ♦ Compreender como a resposta ao stress se desenvolve no indivíduo
- ♦ Estudar a teoria do limiar e os mecanismos de resposta psicológica quando o indivíduo se encontra numa situação stressante

### **Módulo 3. Competências básicas e primeiros socorros psicológicos**

- ♦ Conhecer as capacidades do terapeuta para lidar com o apoio psicológico necessário
- ♦ Compreender a importância do apoio emocional em situações de perda e luto
- ♦ Conhecer as diferenças entre o luto normal e o patológico
- ♦ Estudar o papel dos primeiros socorros em crises e emergências

### **Módulo 4. Protocolo de primeiros socorros. Os primeiros socorros psicológicos**

- ♦ Saber quando ocorre uma crise psicológica e as suas consequências para o indivíduo
- ♦ Estudar e distinguir as fases do protocolo de primeiros socorros em psicologia de emergência
- ♦ Conhecer os principais protocolos de atuação em situações de emergência

### **Módulo 5. Protocolos de atuação para situações específicas I**

- ♦ Conhecer o protocolo para lidar com situações de crise específicas
- ♦ Estudar em profundidade o processo de luto, os tipos de luto e como intervir em crises de luto normais e patológicas
- ♦ Conhecer os processos de intervenção em situações específicas de crise e de emergência

### **Módulo 6. Protocolos de atuação para situações específicas II**

- ♦ Conhecer as chaves da intervenção com pacientes em situações de risco
- ♦ Estudar o processo de intervenção com pacientes em situações de crise específicas
- ♦ Estudar a importância do acompanhamento terapêutico em pacientes com situações de vida problemáticas

### **Módulo 7. Prevenção e gestão de stress em situações de emergência**

- ♦ Compreender o impacto do stress e das situações de emergência no profissional de emergências
- ♦ Estudar o impacto psicológico da exposição a situações de emergência sobre o profissional de emergências e urgências
- ♦ Aprender as principais técnicas de gestão do stress e de prevenção do impacto psicológico no profissional de emergências

### Módulo 8. Técnicas de intervenção de grupo com intervenientes

- ♦ Conhecer e estudar as principais técnicas de grupo na intervenção com intervenientes
- ♦ Conhecer e estudar as principais técnicas individuais na intervenção com intervenientes
- ♦ Distinguir técnicas de grupo de técnicas individuais
- ♦ Conhecer os sistemas de *Peer Support*
- ♦ Conhecer as consequências de uma má intervenção

### Módulo 9. Terapia de crise. Intervenção psicoterapêutica nas vítimas de situações traumáticas

- ♦ Estudar os princípios da terapia de crise e da intervenção em caso de crise
- ♦ Distinguir os diferentes estilos de sobrevivência em situações traumáticas
- ♦ Compreender os tipos de trauma que existem e os efeitos e consequências das situações traumáticas para o indivíduo
- ♦ Estudo da Terapia Racional Emotiva de Ellis no tratamento do trauma

### Módulo 10. A equipa de intervenção em casos de crise

- ♦ Conhecer o perfil do psicólogo especializado na intervenção em crises de urgência e emergência
- ♦ Estudar as diferentes profissões encontradas numa equipa de intervenção em casos de crise
- ♦ Conhecer e aprender as principais orientações para assegurar um bom resultado no trabalho de intervenção em casos de crise
- ♦ Estudar o presente e o futuro da intervenção em casos de crise





“

*Aprender, com especialistas em Psicologia, os riscos de uma má intervenção permitir-lhe-á implementar as diretrizes recomendadas para situações específicas nas suas estratégias de ação”*

# 03

## Competências

Graças ao cuidado e à atenção aplicados na elaboração deste tipo de curso, os médicos especialistas que optarem por este estarão a optar por um Mestrado Próprio com o qual, sem dúvida, poderão aperfeiçoar as suas competências profissionais. Uma das características mais significativas da certificação é a inclusão de casos reais através dos quais os alunos poderão pôr em prática as suas competências, detetando os aspetos a melhorar e implementando as estratégias e os protocolos de intervenção em emergências e urgências mais eficazes e inovadores.





“

*Entre outros aspetos, este curso permitir-lhe-á aperfeiçoar as suas competências no diagnóstico das patologias mais frequentes em situações de emergência psicossocial”*



## Competências gerais

- ♦ Compreender a importância da intervenção psicossocial em situações de emergência e catástrofes
- ♦ Compreender as reações de uma pessoa em situação crítica
- ♦ Capacitação para oferecer ajuda psicológica inicial
- ♦ Dominar as competências básicas de comunicação e negociação aplicadas à gestão de uma pessoa em crise
- ♦ Dominar as competências específicas necessárias para uma intervenção eficaz em casos de crise
- ♦ Criar e aplicar protocolos de ação adaptados às situações específicas que provocam uma situação de emergência
- ♦ Oferecer estratégias para a prevenção e gestão do stress causado pela situação nos profissionais de emergência
- ♦ Desenvolver intervenções de grupo para a ventilação emocional de profissionais envolvidos em situações de emergência difíceis
- ♦ Compreender a base dos modelos e técnicas mais eficazes utilizados na terapia de crise
- ♦ Capacitar os profissionais para a gestão de uma equipa de emergência psicossocial
- ♦ Dominar as estratégias para lidar com os meios de comunicação social numa situação de emergência
- ♦ Avaliar e intervir em patologias médicas menores que ocorrem como consequência da situação de emergência





## Competências específicas

---

- ♦ Sensibilizar os profissionais para a importância do apoio psicológico em situações de emergência e catástrofes
  - ♦ Distinguir as características particulares de urgências, emergências e catástrofes
  - ♦ Identificar as diferentes pessoas afetadas por uma catástrofe e o seu nível de gravidade
  - ♦ Saber a razão da importância do apoio psicossocial em emergências e catástrofes
  - ♦ Distinguir os diferentes momentos de intervenção psicossocial
  - ♦ Compreender o lugar do psicólogo numa emergência e a sua relação com os outros intervenientes
  - ♦ Compreender os objetivos da intervenção e a sua finalidade
  - ♦ Dominar os princípios básicos da intervenção em crise
  - ♦ Conhecer e evitar os erros mais comuns na resposta a emergências
  - ♦ Compreender o que é o stress e as suas características gerais
  - ♦ Compreender o funcionamento neurológico do cérebro numa situação crítica
  - ♦ Distinguir os diferentes tipos de stress
  - ♦ Compreender o desenvolvimento da resposta ao stress e as suas consequências para o indivíduo
  - ♦ Dominar os diferentes sintomas da resposta ao stress a diferentes níveis do ser humano
  - ♦ Identificar os mecanismos de defesa psicológicos que uma pessoa implementa quando confrontada com uma situação que a sobrecarrega
  - ♦ Avaliar o que é normal entre as reações de uma pessoa numa situação crítica
  - ♦ Compreender o conceito de crise psicológica e as suas características
- ♦ Descobrir os fatores que desencadeiam as crises psicológicas
  - ♦ Identificar as características de uma pessoa em fase de impacto e as orientações de intervenção nesta
  - ♦ Capacitar especialistas para ajudar o doente a compreender o acontecimento traumático
  - ♦ Conhecer e dominar as próprias emoções perante um desafio da vida
  - ♦ Facilitar a proatividade na resposta do paciente
  - ♦ Criar um clima de confiança na relação com a pessoa afetada



*No Campus Virtual, encontrará 1500 horas do melhor conteúdo teórico, prático e adicional, com o qual poderá mergulhar de forma personalizada nos diferentes aspetos do plano de estudos"*

# 04

## Estrutura e conteúdo

O desenvolvimento de um curso como este Mestrado Próprio foi o resultado de meses de trabalho constante por uma equipa composta por profissionais nas áreas da Psicologia e do ensino. Graças a este, foi possível criar uma certificação dinâmica e de ponta, através da qual os profissionais médicos poderão manter-se a par dos últimos desenvolvimentos relacionados com a intervenção psicológica em situações de urgência e emergência: protocolos, conselhos, diretrizes, erros a evitar, etc. Além disso, ser-lhes-á fornecido o melhor material prático e adicional para aperfeiçoarem as suas competências, ao mesmo tempo que expandem os seus conhecimentos 100% online.



“

*O uso da metodologia Relearning no desenvolvimento deste curso permitir-lhe-á atualizar os seus conhecimentos de uma forma natural e progressiva, sem ter de investir horas extra na memorização"*

## Módulo 1. A importância do apoio psicossocial em situações de emergência e catástrofes

- 1.1. Introdução e a história da psicologia de emergência
  - 1.1.1. Introdução ao conceito de psicologia de emergência
  - 1.1.2. Como surgiu a psicologia de emergência?
  - 1.1.3. A psicologia de emergência nos dias de hoje
- 1.2. Emergências, urgências e catástrofes
  - 1.2.1. Diferenças entre os conceitos de emergência, urgência e catástrofe
  - 1.2.2. Principais tipos de emergências, urgências e catástrofes
- 1.3. Diferentes fases e agentes envolvidos na emergência
  - 1.3.1. Fases das emergências
  - 1.3.2. Agentes envolvidos na emergência
- 1.4. A importância do apoio psicológico em situações de emergência
  - 1.4.1. Introdução ao apoio psicológico
  - 1.4.2. O apoio psicológico na psicologia de emergência
  - 1.4.3. A importância do apoio psicológico em situações de emergência
- 1.5. Momentos de intervenção psicossocial
  - 1.5.1. Introdução ao conceito de intervenção psicossocial
  - 1.5.2. A intervenção psicossocial na psicologia
  - 1.5.3. Momentos ou fases da intervenção psicossocial na psicologia de emergência
- 1.6. Objetivos e finalidades da intervenção em casos de crise
  - 1.6.1. Introdução ao conceito de crise
  - 1.6.2. Objetivos e finalidades da intervenção em casos de crise
- 1.7. Erros comuns na intervenção
  - 1.7.1. Os principais erros na intervenção em casos de emergência
  - 1.7.2. Consequências psicológicas de uma intervenção inadequada nas pessoas envolvidas

## Módulo 2. O stress, a resposta humana associada e o rescaldo da situação crítica

- 2.1. Emoções básicas
  - 2.1.1. Introdução ao conceito de emoção
  - 2.1.2. Emoção vs. Sentimento
  - 2.1.3. As principais emoções básicas



- 2.2. O comportamento humano em situações de emergência
  - 2.2.1. O modelo ABC
  - 2.2.2. O contexto nas situações de emergência
  - 2.2.3. As transações
- 2.3. O que é o stress?
  - 2.3.1. Introdução ao conceito de stress
  - 2.3.2. Tipos de stress
  - 2.3.3. As características e os fatores do stress
- 2.4. A biologia e bioquímica da resposta ao stress
  - 2.4.1. A resposta biológica e bioquímica ao stress
  - 2.4.2. O *Arousal*
  - 2.4.3. Teorias do stress
- 2.5. A ansiedade
  - 2.5.1. Definição de ansiedade
  - 2.5.2. Distúrbios de ansiedade
  - 2.5.3. As diferenças entre o stress e a ansiedade
- 2.6. Desenvolvimento da resposta ao stress
  - 2.6.1. Como se desenvolve a resposta ao stress?
  - 2.6.2. Fontes de stress
  - 2.6.3. Fatores moduladores da resposta ao stress
- 2.7. Consequências da resposta ao stress
  - 2.7.1. O stress no indivíduo
  - 2.7.2. Sinais e sintomas do stress no indivíduo
  - 2.7.3. As principais consequências do stress
- 2.8. Estratégias psicológicas de gestão do stress
  - 2.8.1. Técnicas para modificar a ativação fisiológica
  - 2.8.2. Técnicas para modificar a ativação cognitiva
  - 2.8.3. Técnicas para modificar a ativação motora
- 2.9. Mecanismos de defesa psicológica associados à situação crítica
  - 2.9.1. Introdução aos mecanismos de defesa
  - 2.9.2. Principais mecanismos de defesa psicológica

- 2.10. A teoria do limiar
  - 2.10.1. Introdução à teoria do limiar
  - 2.10.2. O modelo de Selye
  - 2.10.3. A Síndrome Geral de Adaptação

### Módulo 3. Competências básicas e primeiros socorros psicológicos

- 3.1. Autogestão, controlo das próprias emoções
  - 3.1.1. O que é a autogestão?
  - 3.1.2. A autogestão das emoções
  - 3.1.3. O controlo das emoções
- 3.2. Proatividade
  - 3.2.1. O conceito de proatividade
  - 3.2.2. Hipótese da proatividade
  - 3.2.3. A adaptação
- 3.3. O conceito de escuta
  - 3.3.1. Introdução ao conceito de escuta
  - 3.3.2. Principais tipos de escuta
  - 3.3.3. A escuta ativa na terapia psicológica
- 3.4. Competências de comunicação aplicadas
  - 3.4.1. Introdução às competências comunicativas
  - 3.4.2. Principais competências de comunicação
  - 3.4.3. Componentes
- 3.5. Técnicas de comunicação
  - 3.5.1. Técnicas de comunicação em situações de emergência
  - 3.5.2. Estratégias comunicativas
  - 3.5.3. Comunicação assertiva
- 3.6. Comunicar com crianças em situações de emergência
  - 3.6.1. O primeiro contacto
  - 3.6.2. A atenção direta
  - 3.6.3. A intervenção
  - 3.6.4. A memória posterior

- 3.7. Comunicar com outras comunidades
  - 3.7.1. As comunidades especiais
  - 3.7.2. Comunicar com pessoas idosas
  - 3.7.3. Comunicar com pessoas com deficiência
  - 3.7.4. Comunicar com pessoas estrangeiras
- 3.8. A importância e os objetivos dos primeiros socorros
  - 3.8.1. Introdução ao conceito de primeiros socorros
  - 3.8.2. Objetivos principais dos primeiros socorros
  - 3.8.3. Qual é a importância dos primeiros socorros?
- 3.9. Introdução a conceitos básicos
  - 3.9.1. Termos de uso comum em situações de emergência
  - 3.9.2. Situações de emergência comuns
- 3.10. As patologias mais frequentes em situações de emergência psicossocial
  - 3.10.1. Patologias em situações de emergência
  - 3.10.2. Desenvolvimento patológico após a crise

#### Módulo 4. Protocolo de primeiros socorros. Os primeiros socorros psicológicos

- 4.1. O conceito de crise psicológica
  - 4.1.1. Introdução ao conceito de crise psicológica
  - 4.1.2. A gravidade da crise psicológica
  - 4.1.3. Fatores moduladores no surgimento de uma crise psicológica
- 4.2. Fatores desencadeantes
  - 4.2.1. Introdução ao conceito de fator desencadeante
  - 4.2.2. Tipos de fatores desencadeantes
- 4.3. Os primeiros socorros psicológicos
  - 4.3.1. O conceito de primeiros socorros psicológicos
  - 4.3.2. Os componentes
  - 4.3.3. Primeiros socorros com pessoas sob a influência de álcool e outras drogas
  - 4.3.4. Acompanhamento
- 4.4. Triagem psicológica
  - 4.4.1. O que é a triagem?
  - 4.4.2. Triagem psicológica
  - 4.4.3. Classificação da triagem

- 4.5. Fase de impacto ou choque
  - 4.5.1. Introdução ao conceito de impacto ou choque
  - 4.5.2. Princípios e avaliação da fase de impacto
  - 4.5.3. Medidas a tomar na fase de impacto
- 4.6. Fase de reação
  - 4.6.1. Introdução ao conceito de reação
  - 4.6.2. Princípios da fase de reação
  - 4.6.3. Tipos de reação
  - 4.6.4. Medidas a tomar na fase de reação
- 4.7. Fase de aceitação e/ou adaptação
  - 2.7.1. Adaptação psicológica
  - 2.7.2. Princípios da fase de aceitação e/ou adaptação
  - 2.7.3. Fatores moduladores na adaptação
- 4.8. Competências específicas para a intervenção em caso de crise
  - 4.8.1. Competências do terapeuta
  - 4.8.2. Competências específicas do terapeuta em caso de crise
- 4.9. Protocolos de ação
  - 4.9.1. Princípios básicos de um protocolo de ação
  - 4.9.2. Tipos de protocolos de ação
- 4.10. Legislação e planos de emergência
  - 4.10.1. Introdução ao conceito de legislação
  - 4.10.2. Introdução ao conceito de planos de emergência
  - 4.10.3. A importância da legislação e dos planos de emergência
  - 4.10.4. Planos de emergência eficazes

#### Módulo 5. Protocolos de atuação para situações específicas I

- 5.1. Intervenção no stress agudo, na ansiedade e no pânico
  - 5.1.1. Introdução ao conceito de stress agudo, ansiedade e pânico
  - 5.1.2. O processo de intervenção perante stress agudo
  - 5.1.3. O processo de intervenção perante a ansiedade
  - 5.1.4. O processo de intervenção perante o pânico

- 5.2. O luto
  - 5.2.1. Conceito de luto
  - 5.2.2. Teorias do luto
  - 5.2.3. Manifestações de um luto normal
- 5.3. Introdução e tipos de luto
  - 5.3.1. Fases de luto
  - 5.3.2. Tipos de luto
  - 5.3.3. Funções do luto
- 5.4. Intervenção em caso de crise no luto
  - 5.4.1. Importância da intervenção no luto
  - 5.4.2. O processo de intervenção em casos de crise de luto
- 5.5. Entrega de más notícias I
  - 5.5.1. As más notícias
  - 5.5.2. Procedimento para comunicar más notícias
  - 5.5.3. As fases de quem recebe uma má notícia
- 5.6. Entrega de más notícias II
  - 5.6.1. Capacidades do profissional perante a entrega de más notícias
  - 5.6.2. Fatores moduladores na entrega de más notícias
  - 5.6.3. Aspetos específicos da comunicação de más notícias a menores e outras comunidades
- 5.7. Apoio emocional perante a perda
  - 5.7.1. O apoio emocional
  - 5.7.2. A perda
  - 5.7.3. O apoio emocional enquanto fator modulador em situações de crise
- 5.8. A intervenção no paciente agressivo
  - 5.8.1. Características do paciente agressivo
  - 5.8.2. Chaves da intervenção perante pacientes com comportamentos agressivos
  - 5.8.3. Capacidades do terapeuta para dominar o quadro terapêutico de pacientes com comportamentos agressivos
  - 5.8.4. Técnicas de intervenção no paciente agressivo

- 5.9. Intervenção e controlo do suicida fora do hospital
  - 5.9.1. O suicídio
  - 5.9.2. Competências terapêuticas para o controlo do suicida fora do hospital
  - 5.9.3. Intervenção em pacientes com risco de suicídio
- 5.10. Intervenção em familiares de indivíduos desaparecidos
  - 5.10.1. Fatores a considerar na intervenção em familiares de indivíduos desaparecidos
  - 5.10.2. Técnicas para lidar com eventos traumáticos
  - 5.10.3. O processo de intervenção

## Módulo 6. Protocolos de atuação para situações específicas II

- 6.1. A intervenção em mulheres vítimas de violência de género
  - 6.1.1. Introdução à violência de género
  - 6.1.2. Princípios da intervenção em pacientes vítimas de violência de género
  - 6.1.3. Capacidades e conhecimentos para uma intervenção precisa
  - 6.1.4. Procedimento para a intervenção
- 6.2. Intervenção na vítima de agressão sexual
  - 6.2.1. Introdução ao conceito de agressão sexual
  - 6.2.2. O trauma na vítima de agressão sexual
  - 6.2.3. Capacidades e conhecimentos para uma intervenção precisa
  - 6.2.4. Procedimentos para a intervenção na vítima de agressão sexual
- 6.3. Intervenção em pessoas intoxicadas por álcool e drogas
  - 6.3.1. O consumo de drogas
  - 6.3.2. Classificação de drogas
  - 6.3.3. Intervenção em pessoas consumidoras
- 6.4. Intervenção em caso de crise com crianças
  - 6.4.1. O processo terapêutico com as crianças
  - 6.4.2. Chaves e princípios na intervenção terapêutica em crianças
  - 6.4.3. Ferramentas eficazes para a intervenção em crianças
- 6.5. Intervenção em caso de crise com o doente psiquiátrico
  - 6.5.1. Introdução ao conceito de paciente psiquiátrico
  - 6.5.2. O papel do psicológico na intervenção em caso de crise com um paciente psiquiátrico
  - 6.5.3. Chaves e princípios de uma intervenção eficaz

- 6.6. Intervenção em caso de crise com idosos
  - 6.6.1. Pessoas idosas no consultório do psicólogo
  - 6.6.2. Chaves e princípios na intervenção em caso de crise com idosos
- 6.7. Intervenção em caso de crise com indivíduos com deficiência intelectual
  - 6.7.1. Introdução à deficiência intelectual
  - 6.7.2. Chaves e princípios na intervenção em caso de crise com pacientes com DI
  - 6.7.3. Ferramentas para a intervenção em indivíduos com DI
- 6.8. Intervenção em caso de crise com imigrantes
  - 6.8.1. Trauma e stress para imigrantes
  - 6.8.2. Chaves e princípios da intervenção em caso de crise com imigrantes
- 6.9. Acompanhamento da identificação de cadáveres
  - 6.9.1. O acompanhamento terapêutico
  - 6.9.2. O acompanhamento da identificação de cadáveres
  - 6.9.3. Velório e cerimónia do enterro
- 6.10. Apoio psicológico aos técnicos
  - 6.10.1. No final da intervenção
  - 6.10.2. Suavizar o esgotamento
  - 6.10.3. Turnos e pausas
  - 6.10.4. Estratégias de confronto

## Módulo 7. Prevenção e gestão de stress em situações de emergência

- 7.1. Características das situações de emergência, fatores de mediação e situações críticas de impacto psicológico
  - 7.1.1. Introdução ao impacto psicológico
  - 7.1.2. Características das situações de emergência que influenciam o impacto psicológico
- 7.2. O impacto psicológico no profissional
  - 7.2.1. O trauma
  - 7.2.2. O trauma vicário
  - 7.2.3. A catástrofe
  - 7.2.4. A relação entre o trauma e a catástrofe
- 7.3. Fatores de proteção e de risco no trauma
  - 7.3.1. Fatores de proteção no trauma
  - 7.3.2. Fatores de risco no trauma

- 7.4. O confronto
  - 7.4.1. O desgaste por empatia
  - 7.4.2. A prevenção
  - 7.4.3. Mecanismo de adaptação
- 7.5. Consequências do impacto psicológico
  - 7.5.1. Principais consequências do impacto psicológico
  - 7.5.2. O impacto psicológico enquanto fator de stress pós-traumático
  - 7.5.3. O tratamento
- 7.6. O stress laboral
  - 7.6.1. Conceptualização do stress
  - 7.6.2. Fatores de risco do stress
  - 7.6.3. Consequências do stress laboral
- 7.7. O stress no profissional de emergências
  - 7.7.1. A origem do stress no profissional de emergências
  - 7.7.2. Fatores moduladores do stress no profissional de emergências
  - 7.7.3. Os efeitos do stress no profissional de emergências
- 7.8. Patologias que podem surgir
  - 7.8.1. O stress pós-traumático e o stress pós-traumático secundário
  - 7.8.2. Síndrome de *Burnout*
  - 7.8.3. Contratransferência
- 7.9. Patologias no profissional de emergências
  - 7.9.1. O stress pós-traumático e o stress pós-traumático secundário
  - 7.9.2. Síndrome de *Burnout*
  - 7.9.3. Contratransferência
  - 7.9.4. Diferenças
- 7.10. Técnicas gerais e hábitos saudáveis
  - 7.10.1. Técnicas gerais para a prevenção e a gestão do stress
  - 7.10.2. Os hábitos saudáveis enquanto fator modulador
  - 7.10.3. O sonho

## Módulo 8. Técnicas de intervenção de grupo com intervenientes

- 8.1. Os intervenientes
  - 8.1.1. O interveniente
  - 8.1.2. Tipos de intervenientes
  - 8.1.3. A importância da intervenção
- 8.2. Técnicas de grupo vs. Técnicas individuais
  - 8.2.1. Introdução ao conceito de técnicas de grupo vs. Técnicas individuais
  - 8.2.2. Principais técnicas de grupo na intervenção com intervenientes
  - 8.2.3. Principais técnicas individuais na intervenção com intervenientes
- 8.3. Técnicas fisiológicas na gestão do stress
  - 8.3.1. Principais técnicas fisiológicas na gestão do stress
  - 8.3.2. Eficácia das técnicas fisiológicas na gestão do stress
  - 8.3.3. Novas técnicas fisiológicas na gestão do stress
- 8.4. Técnicas cognitivo-comportamentais de gestão do stress
  - 8.4.1. Introdução à terapia cognitivo-comportamental
  - 8.4.2. Principais técnicas cognitivo-comportamentais de gestão do stress
- 8.5. Quando realizar a intervenção em grupo com intervenientes?
  - 8.5.1. A importância da intervenção em grupo
  - 8.5.2. Vantagens da intervenção em grupo
  - 8.5.3. Quando é adequada uma intervenção em grupo com intervenientes?
  - 8.5.4. Riscos da intervenção em grupo
- 8.6. Sistemas de *Peer Support*
  - 8.6.1. Introdução ao conceito de sistemas de *Peer Support*
  - 8.6.2. Tipos de sistemas de *Peer Support*
  - 8.6.3. Aplicação em crianças e adolescentes
- 8.7. *Defusing*
  - 8.7.1. O que é o *Defusing*?
  - 8.7.2. Objetivos da técnica
  - 8.7.3. Vantagens e desvantagens do *Defusing*
- 8.8. *Debriefing*
  - 8.8.1. O que é o *Debriefing*?
  - 8.8.2. Objetivos da técnica
  - 8.8.3. Fases da técnica
  - 8.8.4. Vantagens e desvantagens do *Debriefing*

- 8.9. Relaxamento
  - 8.9.1. O que é o relaxamento?
  - 8.9.2. Objetivos da técnica
  - 8.9.3. Vantagens e desvantagens
- 8.10. A desmobilização
  - 8.10.1. O que é a desmobilização?
  - 8.10.2. Objetivos da técnica
  - 8.10.3. Vantagens e desvantagens

## Módulo 9. Terapia de crise. Intervenção psicoterapêutica nas vítimas de situações traumáticas

- 9.1. O trauma
  - 9.1.1. O trauma
  - 9.1.2. Principais tipos de trauma
  - 9.1.3. Transtorno de stress pós-traumático
- 9.2. O evento traumático
  - 9.2.1. Reações iniciais ao trauma
  - 9.2.2. Reações secundárias ao trauma
  - 9.2.3. Modelo explicativo
- 9.3. Avaliação do trauma
  - 9.3.1. Como é avaliado o trauma?
  - 9.3.2. Principais instrumentos e ferramentas de avaliação do trauma
- 9.4. Efeitos traumáticos a longo prazo sobre a vítima
  - 9.4.1. Efeitos a curto prazo vs. Efeitos a longo prazo
  - 9.4.2. Os principais efeitos traumáticos a longo prazo
- 9.5. Riscos de uma má intervenção
  - 9.5.1. Características de uma má intervenção
  - 9.5.2. Consequências gerais de uma má intervenção
  - 9.5.3. Consequências específicas de uma má intervenção
- 9.6. Terapia de crise vs. Intervenção em caso de crise
  - 9.6.1. Introdução à terapia de crise
  - 9.6.2. Introdução à intervenção em caso de crise
  - 9.6.3. Chaves e princípios da terapia de crise
  - 9.6.4. Objetivos de terapia de crise

- 9.7. Intervenção em primeira e segunda instância
  - 9.7.1. O que é a intervenção em primeira instância?
  - 9.7.2. Princípios e chaves da intervenção em primeira instância
  - 9.7.3. O que é a intervenção em segunda instância?
  - 9.7.4. Princípios e chaves da intervenção em segunda instância
- 9.8. Terapia racional emotiva de Ellis
  - 9.8.1. Introdução à terapia racional emotiva de Ellis
  - 9.8.2. Usos da terapia racional emotiva de Ellis
  - 9.8.3. Vantagens e desvantagens de terapia racional emotiva de Ellis
- 9.9. Estilos de confronto
  - 9.9.1. Tipos de estilo de confronto
  - 9.9.2. O confronto disfuncional do trauma
- 9.10. Resiliência
  - 9.10.1. Conceito e características da resiliência
  - 9.10.2. Fatores protetores e facilitadores da resiliência
  - 9.10.3. Fatores nocivos ou não-resilientes

## Módulo 10. A equipa de intervenção em casos de crise

- 10.1. Perfil do psicólogo de uma equipa de intervenção em crise
  - 10.1.1. O psicólogo de emergência e urgência em casos de crise
  - 10.1.2. Características essenciais do psicólogo de uma equipa de intervenção em casos de crise
  - 10.1.3. O papel do psicólogo de uma equipa de intervenção em casos de crise
- 10.2. Perfil do psicólogo de uma equipa de intervenção em casos de crise
  - 10.2.1. Estrutura da equipa de intervenção em casos de crise
  - 10.2.2. Tipos de profissionais numa equipa de intervenção em casos de crise
  - 10.2.3. A direção e coordenação das equipas de intervenção em casos de crise
- 10.3. O pré-aviso
  - 10.3.1. Atitudes de prudência
  - 10.3.2. Preparação da comunidade
  - 10.3.3. Preparação da equipa de intervenção
- 10.4. A crise
  - 10.4.1. A crise
  - 10.4.2. Tipos de crises
  - 10.4.3. Reações





- 10.5. O sucesso
  - 10.5.1. Avaliação geral do sucesso
  - 10.5.2. Níveis de intervenção
  - 10.5.3. Organização geral do sucesso
- 10.6. Diretrizes para garantir um bom trabalho de equipa
  - 10.6.1. Introdução ao trabalho de equipa
  - 10.6.2. Características de um bom trabalho de equipa
  - 10.6.3. Diretrizes para garantir um bom trabalho de equipa
- 10.7. A importância de construir confiança e segurança para a eficácia
  - 10.7.1. Introdução ao conceito de confiança e segurança na intervenção psicológica
  - 10.7.2. Ferramentas e técnicas para a construir confiança e segurança
  - 10.7.3. O papel do psicólogo na construção de confiança e segurança na terapia e intervenção psicológica
- 10.8. Resolução de conflitos dentro da equipa
  - 10.8.1. Tipos de conflito na equipa
  - 10.8.2. Técnicas e ferramentas para a resolução de conflitos dentro da equipa
  - 10.8.3. O processo de resolução de conflitos dentro da equipa
- 10.9. A comunicação e a relação com a comunicação social
  - 10.9.1. A comunicação na intervenção em caso de crise
  - 10.9.2. Os meios de comunicação
  - 10.9.3. A comunicação de emergências e catástrofes com os meios de comunicação social
- 10.10. O presente e o futuro da intervenção em casos de crise
  - 10.10.1. O presente da intervenção em caso de crise
  - 10.10.2. O futuro da intervenção em casos de crise e da psicologia de emergência e de urgência

05

# Metodologia

Este programa de capacitação oferece uma forma diferente de aprendizagem.

A nossa metodologia é desenvolvida através de um modo de aprendizagem cíclico: **o Relearning.**

Este sistema de ensino é utilizado, por exemplo, nas escolas médicas mais prestigiadas do mundo e tem sido considerado um dos mais eficazes pelas principais publicações, tais como a ***New England Journal of Medicine.***



“

*Descubra o Relearning, um sistema que abandona a aprendizagem linear convencional para o levar através de sistemas de ensino cíclicos: uma forma de aprendizagem que provou ser extremamente eficaz, especialmente em disciplinas que requerem memorização"*

## Na TECH utilizamos o Método de Caso

Numa dada situação, o que deve fazer um profissional? Ao longo do programa, os estudantes serão confrontados com múltiplos casos clínicos simulados com base em pacientes reais nos quais terão de investigar, estabelecer hipóteses e finalmente resolver a situação. Há abundantes provas científicas sobre a eficácia do método. Os especialistas aprendem melhor, mais depressa e de forma mais sustentável ao longo do tempo.

*Com a TECH pode experimentar uma forma de aprendizagem que abala as fundações das universidades tradicionais de todo o mundo"*



Segundo o Dr. Gérvas, o caso clínico é a apresentação anotada de um paciente, ou grupo de pacientes, que se torna um "caso", um exemplo ou modelo que ilustra alguma componente clínica peculiar, quer pelo seu poder de ensino, quer pela sua singularidade ou raridade. É essencial que o caso seja fundamentado na vida profissional actual, tentando recriar as condições reais da prática profissional do médico.

“

*Sabia que este método foi desenvolvido em 1912 em Harvard para estudantes de direito? O método do caso consistia em apresentar situações reais complexas para que tomassem decisões e justificassem a forma de as resolver. Em 1924 foi estabelecido como um método de ensino padrão em Harvard”*

A eficácia do método é justificada por quatro realizações fundamentais:

- 1 Os estudantes que seguem este método não só conseguem a assimilação de conceitos, mas também desenvolvem a sua capacidade mental através de exercícios para avaliar situações reais e aplicar os seus conhecimentos.
- 2 A aprendizagem é solidamente traduzida em competências práticas que permitem ao educador integrar melhor o conhecimento na prática diária.
- 3 A assimilação de ideias e conceitos é facilitada e mais eficiente, graças à utilização de situações que surgiram a partir de um ensino real.
- 4 O sentimento de eficiência do esforço investido torna-se um estímulo muito importante para os estudantes, o que se traduz num maior interesse pela aprendizagem e num aumento do tempo passado a trabalhar no curso.



## Relearning Methodology

A TECH combina eficazmente a metodologia do Estudo de Caso com um sistema de aprendizagem 100% online baseado na repetição, que combina 8 elementos didáticos diferentes em cada lição.

Melhoramos o Estudo de Caso com o melhor método de ensino 100% online: o Relearning.

*O profissional aprenderá através de casos reais e da resolução de situações complexas em ambientes de aprendizagem simulados. Estas simulações são desenvolvidas utilizando software de última geração para facilitar a aprendizagem imersiva.*



Na vanguarda da pedagogia mundial, o método Relearning conseguiu melhorar os níveis globais de satisfação dos profissionais que concluem os seus estudos, no que diz respeito aos indicadores de qualidade da melhor universidade online do mundo (Universidade de Columbia).

Utilizando esta metodologia, mais de 250.000 médicos foram formados com sucesso sem precedentes em todas as especialidades clínicas, independentemente da carga cirúrgica. Tudo isto num ambiente altamente exigente, com um corpo estudantil universitário com um elevado perfil socioeconómico e uma idade média de 43,5 anos.

*O Relearning permitir-lhe-á aprender com menos esforço e mais desempenho, envolvendo-o mais na sua capacitação, desenvolvendo um espírito crítico, defendendo argumentos e opiniões contrastantes: uma equação direta ao sucesso.*

No nosso programa, a aprendizagem não é um processo linear, mas acontece numa espiral (aprender, desaprender, esquecer e reaprender). Portanto, cada um destes elementos é combinado de forma concêntrica.

A pontuação global do nosso sistema de aprendizagem é de 8,01, de acordo com os mais elevados padrões internacionais.



Este programa oferece o melhor material educativo, cuidadosamente preparado para profissionais:



#### Material de estudo

Todos os conteúdos didáticos são criados pelos especialistas que irão ensinar o curso, especificamente para o curso, para que o desenvolvimento didático seja realmente específico e concreto.

Estes conteúdos são depois aplicados ao formato audiovisual, para criar o método de trabalho online da TECH. Tudo isto, com as mais recentes técnicas que oferecem peças de alta-qualidade em cada um dos materiais que são colocados à disposição do aluno.



#### Técnicas cirúrgicas e procedimentos em vídeo

A TECH traz as técnicas mais inovadoras, com os últimos avanços educacionais, para a vanguarda da atualidade em enfermagem. Tudo isto, na primeira pessoa, com o máximo rigor, explicado e detalhado para a assimilação e compreensão do estudante. E o melhor de tudo, pode observá-los quantas vezes quiser.



#### Resumos interativos

A equipa da TECH apresenta os conteúdos de uma forma atrativa e dinâmica em comprimidos multimédia que incluem áudios, vídeos, imagens, diagramas e mapas conceituais a fim de reforçar o conhecimento.

Este sistema educativo único para a apresentação de conteúdos multimédia foi premiado pela Microsoft como uma "História de Sucesso Europeu"



#### Leituras complementares

Artigos recentes, documentos de consenso e diretrizes internacionais, entre outros. Na biblioteca virtual da TECH o aluno terá acesso a tudo o que necessita para completar a sua capacitação





#### Análises de casos desenvolvidas e conduzidas por especialistas

A aprendizagem eficaz deve necessariamente ser contextual. Por esta razão, a TECH apresenta o desenvolvimento de casos reais nos quais o perito guiará o estudante através do desenvolvimento da atenção e da resolução de diferentes situações: uma forma clara e direta de alcançar o mais alto grau de compreensão.



#### Testing & Retesting

Os conhecimentos do aluno são periodicamente avaliados e reavaliados ao longo de todo o programa, através de atividades e exercícios de avaliação e auto-avaliação, para que o aluno possa verificar como está a atingir os seus objetivos.



#### Masterclasses

Há provas científicas sobre a utilidade da observação de peritos terceiros: Learning from an Expert fortalece o conhecimento e a recordação, e constrói confiança em futuras decisões difíceis.



#### Guias rápidos de atuação

A TECH oferece os conteúdos mais relevantes do curso sob a forma de folhas de trabalho ou guias de ação rápida. Uma forma sintética, prática e eficaz de ajudar os estudantes a progredir na sua aprendizagem.



06

# Certificação

O Mestrado Próprio em Psicologia de Urgências e Emergências garante, para além de um conteúdo mais rigoroso e atualizado, o acesso a um grau de Mestre emitido pela TECH Universidade Tecnológica.



“

*Conclua este plano de estudos com sucesso e receba o seu certificado sem sair de casa e sem burocracias”*

Este **Mestrado Próprio em Psicologia de Urgências e Emergências** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado.

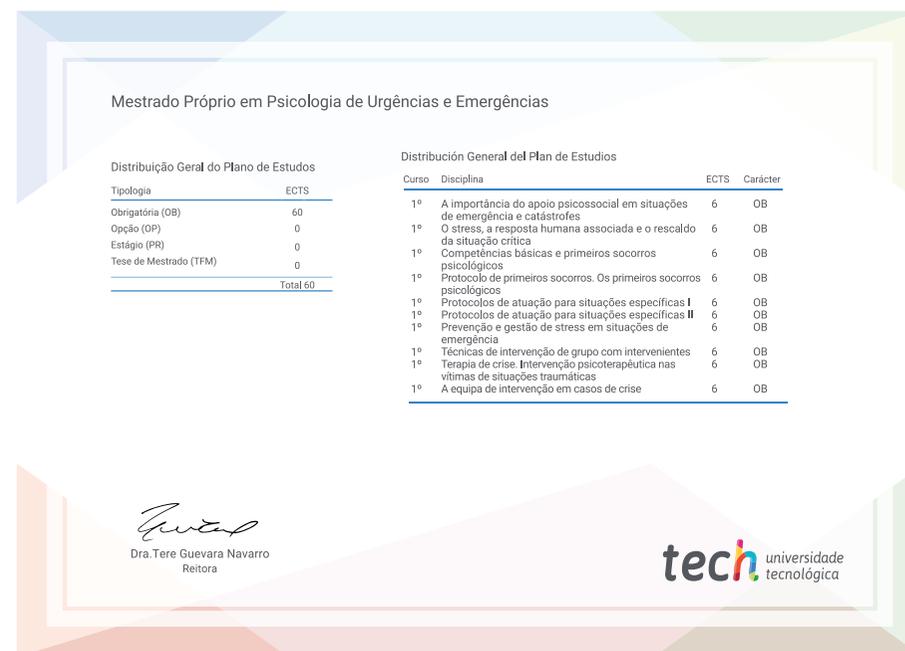
Uma vez aprovadas as avaliações, o aluno receberá por correio, com aviso de receção, o certificado\* correspondente ao título de **Mestrado Próprio** emitido pela **TECH Universidade Tecnológica**.

Este certificado contribui significativamente para o desenvolvimento da capacitação continuada dos profissionais e proporciona um importante valor para a sua capacitação universitária, sendo 100% válido e atendendo aos requisitos normalmente exigidos pelas bolsas de emprego, concursos públicos e avaliação de carreiras profissionais.

Certificação: **Mestrado Próprio em Psicologia de Urgências e Emergências**

ECTS: **60 horas**

Carga horária: **1500 horas**



\*Apostila de Haia Caso o aluno solicite que o seu certificado seja apostilado, a TECH EDUCATION providenciará a obtenção do mesmo a um custo adicional.

futuro  
saúde confiança pessoas  
informação orientadores  
educação certificação ensino  
garantia aprendizagem  
instituições tecnologia  
comunidade compromisso  
atenção personalizada  
conhecimento inovação  
presente qualificação  
desenvolvimento

**tech** universidade  
tecnológica

## Mestrado Próprio

Psicologia de Urgências  
e Emergências

- » Modalidade: online
- » Duração: 12 meses
- » Certificação: TECH Universidade Tecnológica
- » Créditos: 60 ECTS
- » Tempo Dedicado: 16 horas/semana
- » Horário: ao seu próprio ritmo
- » Exames: online

# Mestrado Próprio

## Psicologia de Urgências e Emergências

