

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/psicologia/mestrado-proprio/mestrado-proprio-psicologia-urgencias-emergencias](http://www.techtute.com/pt/psicologia/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

Quando surge uma crise ou uma situação de emergência, como uma catástrofe natural ou um acidente de trânsito, prioriza-se sempre os cuidados de saúde das vítimas. A intervenção imediata dos profissionais nesta área é fundamental, não só para ajudar os pacientes a gerir as suas emoções no momento, mas também para evitar consequências negativas para a sua saúde a longo prazo. Com base nisto, a TECH desenvolveu um programa completo e minucioso, através do qual o especialista poderá aprender de forma detalhada sobre as estratégias mais eficazes e inovadoras de ação em ambientes de crise ou emergência. Uma especialização 100% online, perfeita para implementar os melhores protocolos de primeiros socorros para situações específicas na sua prática terapêutica.





“

*Um programa que salienta a importância do apoio psicossocial através de um conhecimento exaustivo das melhores estratégias e técnicas terapêuticas para a gestão de situações específicas"*

As graves sequelas mentais que uma situação de emergência pode ter nas vítimas realçam a importância dos primeiros socorros psicológicos. O stress ou estado de choque gerado por um contexto inesperado (um acidente, uma catástrofe, uma morte súbita, etc.) provoca uma alteração do sistema cognitivo-comportamental, favorecendo o aparecimento de ansiedade, transtornos de personalidade, depressão ou alterações comportamentais. Por esta razão, a intervenção imediata de especialistas deve ser sempre contemplada, garantindo a gestão adequada da situação com base no ambiente emocional e atuando preventivamente no diagnóstico e possível aparecimento de sequelas pós-traumáticas.

A fim de servir de guia para melhorar as suas capacidades de participação efetiva neste tipo de situações, a TECH Universidade Tecnológica desenvolveu este Mestrado Próprio em Psicologia de Urgências e Emergências. Trata-se de uma especialização que consiste em 1500 horas do melhor material teórico, prático e adicional, através do qual os ingressados poderão trabalhar no conhecimento exaustivo das estratégias terapêuticas adaptadas aos diferentes contextos de crise e às especificações das suas vítimas.

Poderão dedicar-se à importância do apoio psicossocial, bem como à resposta humana associada ao sofrimento do stress, depois de terem estado envolvidos numa situação crítica. Aprenderá também sobre os mais recentes protocolos e as estratégias de primeiros socorros para a prevenção e gestão do estado nervoso do paciente. Por último, irá adquirir um conhecimento amplo e especializado das técnicas de grupo mais inovadoras para intervir com os participantes.

Uma especialização 100% online, concebida por especialistas de diferentes áreas de cuidados de saúde de urgências e ideal para aperfeiçoar as competências psicológicas básicas de primeiros socorros do ingressado ao longo de 12 meses de formação. Além disso, a fim de garantir uma experiência académica totalmente adaptada às necessidades dos seus estudantes, não existem horários ou aulas presenciais, e estes poderão ligar-se ao Campus Virtual através de qualquer dispositivo com uma ligação à internet.

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

- ♦ O desenvolvimento de casos práticos apresentados por especialistas em psicologia e serviços de urgências
- ♦ O conteúdo gráfico, esquemático e eminentemente prático do livro fornece informações científicas e práticas sobre as disciplinas que são essenciais para a prática profissional
- ♦ Exercícios práticos onde o processo de autoavaliação pode ser levado a cabo a fim de melhorar a aprendizagem
- ♦ A sua ênfase especial em metodologias inovadoras
- ♦ Palestras teóricas, perguntas ao especialista, fóruns de discussão sobre questões controversas e atividades de reflexão individual
- ♦ A disponibilidade de acesso ao conteúdo a partir de qualquer dispositivo fixo ou portátil com ligação à internet



*Com esta especialização aperfeiçoará as suas competências quanto à gestão eficaz da dor através de um conhecimento exaustivo da sua tipologia e das chaves do processo de intervenção"*

“

*No Campus Virtual encontrará casos clínicos baseados em situações reais de crise, nos quais terá de aplicar a teoria de forma prática, favorecendo a internalização da informação de uma forma natural”*

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

Graças ao seu conteúdo multimédia, desenvolvido com a mais recente tecnologia educacional, o profissional terá acesso a uma aprendizagem situada e contextual, ou seja, um ambiente de simulação que proporcionará uma especialização imersiva, programada para se formar em situações reais.

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

*Irá aprofundar-se no conceito de stress e na resposta humana associada à sua gestão psicológica.*

*Um Mestrado Próprio multidisciplinar e dinâmico, perfeito para atualizar os seus conhecimentos sobre primeiros socorros psicológicos e protocolos de primeiros socorros.*



# 02

# Objetivos

Tal como foi demonstrado, as pessoas que foram vítimas de catástrofes ou situações traumáticas, ou que viveram em contextos de stress extremo, tendem a apresentar, a curto e longo prazo, uma deterioração psicossocial que pode afetar seriamente não só a sua saúde mental mas também a sua saúde física. Com base nisto, a TECH desenvolveu este Mestrado Próprio com o objetivo de que os profissionais de psicologia se possam pôr a par das estratégias e técnicas de intervenção mais eficazes para este tipo de casos, através de um programa de estudos completo, atualizado e adaptado às especificações mais exigentes do setor.







“

*Uma qualificação que o preparará para lidar eficazmente com o acompanhamento na identificação de cadáveres, a fim de evitar efeitos secundários sobre a saúde mental dos seus familiares”*



## Objetivos gerais

- ♦ Proporcionar aos estudantes uma imagem completa de uma situação de emergência ou de catástrofe para lhes permitir deslocarem-se em segurança e comodidade numa intervenção de emergências real
- ♦ Compreender a reação neurológica de uma pessoa em estado de crise, a fim de poder desenvolver métodos de intervenção eficazes baseados nesta compreensão
- ♦ Compreender as razões que levam uma pessoa a desenvolver uma crise e as suas diferentes reações nas diferentes fases de uma crise traumática
- ♦ Dominar as capacidades e estratégias gerais de intervenção para ajudar os afetados a enfrentar com êxito cada uma das fases
- ♦ Dominar as técnicas específicas de apoio psicológico que facilitam a ação nas diferentes situações críticas que podem ser encontradas numa intervenção
- ♦ Gerir os protocolos específicos de intervenção para 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 dos estudantes em caso de uma intervenção
- ♦ Conhecer as técnicas de intervenção com os respondentes e ser capaz de conduzir uma sessão de grupo pós-emergência
- ♦ Desenvolver competências de gestão de equipas 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. Importância do apoio psicossocial em situações de emergência e catástrofes**

- ♦ Conhecer o surgimento da psicologia de emergências
- ♦ Estudar as diferenças entre emergências, catástrofes e urgências e conhecer os tipos mais comuns
- ♦ Saber a importância do psicólogo nas emergências e distinguir os diferentes tipos de pessoas envolvidas quando ocorre uma emergência

### **Módulo 2. Conceito de stress, resposta humana associada e sequelas de situações críticas**

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

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

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

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

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

### **Módulo 5. Protocolos de ação em situações específicas I**

- ♦ Conhecer o protocolo de ação em situações de crise específicas
- ♦ Estudar de forma aprofundada do processo de luto, os tipos de luto e como intervir em crises de luto normais e patológicas
- ♦ Aprender sobre os processos de intervenção em situações de crise específicas e emergências

### **Módulo 6. Protocolos de ação em situações específicas II**

- ♦ Conhecer as chaves da intervenção com os 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 do stress em situações de emergência

- ♦ Conhecer o impacto do stress e das situações de emergência no pessoal de emergência
- ♦ Estudar o impacto psicológico da exposição a situações de emergência sobre o profissional de Emergências e Urgências
- ♦ Aprender as principais técnicas de gestão de stress e de prevenção do impacto psicológico sobre o pessoal de emergência

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

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

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

- ♦ Estudar os princípios da terapia de crise e da intervenção em situações de crise
- ♦ Diferenciar os diferentes estilos de lidar com situações traumáticas
- ♦ Conhecer os tipos de trauma existentes e os efeitos e as consequências das situações traumáticas para o indivíduo
- ♦ Estudar a Terapia Racional Emotiva de Ellis no tratamento do trauma





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

- ♦ Conhecer o perfil do psicólogo especializado em intervenção de crise em urgências e emergências
- ♦ Estudar as diferentes profissões encontradas numa equipa de intervenção em crise
- ♦ Conhecer e aprender as principais orientações para garantir um bom resultado no trabalho de intervenção em crise
- ♦ Estudar a situação atual e o futuro da intervenção em crise

“

*Este Mestrado Próprio fará de si um profissional mais especializado preparado para assistir psicologicamente a pessoas traumatizadas ou em estado de choque”*

# 03

# Competências

Este Mestrado Próprio foi concebido de modo a que os profissionais que a ele tenham acesso possam trabalhar de forma garantida na melhoria das suas competências profissionais na gestão psicológica de contextos de crise. Graças a isto, os especialistas terão a oportunidade de aprender as estratégias de intervenção mais inovadoras e eficazes, bem como as terapias adaptadas às diferentes situações que possam surgir: acidentes, suicídios, situações de stress, lidar com vítimas de violência de género ou de agressão sexual, se os afetados forem crianças, etc.



“

*Conhece a Terapia Racional Emotiva de Ellis? Com este programa, dedicar-se-á às vantagens e desvantagens da sua utilização quando os conhecimentos, emoções e comportamentos derivados de uma situação extrema forem sobrepostos”*



## Competências gerais

---

- ♦ Compreender a importância da intervenção psicossocial em situações de emergência e catástrofes
- ♦ Compreender as reações de uma pessoa numa situação crítica
- ♦ Ser capaz de 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 de crise eficaz
- ♦ Criar e aplicar protocolos de acção adaptados às situações específicas que provocam uma situação de emergência
- ♦ Oferecer estratégias para a prevenção e gestão do stress causado pela situação dos profissionais de emergência
- ♦ Desenvolver intervenções de grupo para a ventilação emocional para profissionais envolvidos em situações de emergência difíceis
- ♦ Compreender os fundamentos dos modelos e técnicas mais eficazes utilizados na terapia de crise
- ♦ Formar profissionais para a gestão de uma equipa de emergência psicossocial
- ♦ Dominar as estratégias principais para lidar com os meios de comunicação numa situação de emergência
- ♦ Avaliar e intervir em patologias médicas leves que ocorrem como resultado da situação de emergência







## Competências específicas

---

- ♦ Sensibilizar o profissional para a importância do apoio psicológico em situações de emergência e catástrofes
- ♦ Diferenciar as características peculiares de urgência, emergência e catástrofe
- ♦ Identificar as diferentes pessoas afetadas por uma catástrofe e o seu nível de gravidade
- ♦ Saber porque é importante o apoio psicossocial em situações de emergência e catástrofes
- ♦ Diferenciar entre os diferentes momentos de intervenção psicossocial
- ♦ Compreender o lugar do psicólogo numa emergência e a sua relação com os outros agentes envolvidos
- ♦ Compreender os objetivos da intervenção e a sua finalidade
- ♦ Dominar os princípios básicos da intervenção em crise
- ♦ Conhecer e evitar os erros mais comuns em intervenções de emergência
- ♦ Compreender o que é o stress e as suas características gerais
- ♦ Compreender o funcionamento neurológico do cérebro numa situação crítica
- ♦ Diferenciar entre 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 psicológica que uma pessoa implementa quando confrontada com uma situação que a sobrecarrega
- ♦ Avaliar o que é normal e o que não está entre as reações de uma pessoa numa situação crítica
- ♦ Compreender o conceito de crise psicológica e as suas características
- ♦ Descobrir os fatores desencadeadores de uma crise psicológica
- ♦ Identificar as características de uma pessoa em fase de impacto e as orientações de intervenção para as mesmas
- ♦ Capacitar o especialista para que possa ajudar o paciente a dar sentido ao acontecimento traumático
- ♦ Conhecer e dominar as próprias emoções face a um desafio da vida
- ♦ Facilitar a proatividade na resposta do paciente
- ♦ Criar um clima de confiança na relação com a pessoa afetada



*Através de centenas de horas do melhor conteúdo teórico, prático e adicional, poderá aperfeiçoar as suas competências profissionais como psicólogo especializado de uma forma 100% garantida"*

# 04

## Estrutura e conteúdo

Uma equipa de peritos na área da intervenção psicológica em contextos de crise e emergência trabalhou intensamente na composição do conteúdo deste Mestrado Próprio. Para tal, utilizaram a informação mais exhaustiva e inovadora do setor, extraída das melhores fontes e adaptada à metodologia de ensino eficaz do *Relearning*. Além disso, incluíram centenas de horas de material adicional de alta qualidade apresentado em diferentes formatos: vídeos em detalhe, artigos de investigação, leitura adicional e muito mais! Tudo apresentado num conveniente e acessível formato 100% online, compatível com qualquer dispositivo com uma ligação à internet.





PSICÓLOGA  
DE EMERGENCIAS

“

*O programa inclui uma secção dedicada exclusivamente ao trabalho terapêutico com os intervenientes em situação de crises, para que possa alargar o seu serviço ao tratamento de polícias, bombeiros, médicos e outros envolvidos”*

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

- 1.1. Introdução e história da Psicologia de Emergências
  - 1.1.1. Introdução ao conceito de Psicologia de Emergências
  - 1.1.2. Como surgiu a Psicologia de emergências?
  - 1.1.3. Psicologia de Emergências na atualidade
- 1.2. Emergências, Urgências e catástrofes
  - 1.2.1. Diferenças entre o conceito de Emergências, Urgências e catástrofes
  - 1.2.2. Principais tipos de Emergências, Urgências e catástrofes
- 1.3. Diferentes fases e agentes envolvidos em situações de emergência
  - 1.3.1. Fases das emergências
  - 1.3.2. Agentes envolvidos na emergência
- 1.4. Importância do apoio psicológico em situações de emergência
  - 1.4.1. Introdução ao apoio psicológico
  - 1.4.2. Apoio psicológico em Psicologia de Emergências
  - 1.4.3. 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. Intervenção psicossocial em psicologia
  - 1.5.3. Momentos ou fases da intervenção psicossocial em Psicologia de Emergências
- 1.6. Finalidades e objetivos da intervenção em crise
  - 1.6.1. Introdução ao conceito de crise
  - 1.6.2. Finalidades e objetivos da intervenção em crise
- 1.7. Erros comuns na intervenção
  - 1.7.1. Principais erros na intervenção de emergências
  - 1.7.2. Consequências psicológicas de uma intervenção errônea nos envolvidos

## Módulo 2. Conceito de *stress*, resposta humana associada e sequelas de situações críticas

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

- 2.2. Comportamento humano em situações de emergência
  - 2.2.1. O modelo ABC
  - 2.2.2. Contexto em situações de emergência
  - 2.2.3. 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. Características e fatores do stress
- 2.4. 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. Ansiedade
  - 2.5.1. Definição de ansiedade
  - 2.5.2. Distúrbios de ansiedade
  - 2.5.3. Diferenças entre *stress* e 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 modulatórios da resposta ao stress
- 2.7. Consequências da resposta ao stress
  - 2.7.1. Stress no indivíduo
  - 2.7.2. Sinais e sintomas de stress no indivíduo
  - 2.7.3. Principais consequências do stress
- 2.8. Estratégias psicológicas de gestão de 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. Teoria de Umbral
  - 2.10.1. Introdução à teoria de Umbral
  - 2.10.2. O modelo de Seyle
  - 2.10.3. A síndrome geral de adaptação

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

- 3.1. Autogestão, gerir as próprias emoções
  - 3.1.1. O que é a autogestão?
  - 3.1.2. Autogestão das emoções
  - 3.1.3. Gestão de emoções
- 3.2. Pró-atividade
  - 3.2.1. O conceito de pró-atividade
  - 3.2.2. Hipótese de pró-atividade
  - 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. Escuta ativa na terapia psicológica
- 3.4. Competências de comunicação aplicadas
  - 3.4.1. Introdução às capacidades de comunicação
  - 3.4.2. Principais capacidades de comunicação
  - 3.4.3. Componentes
- 3.5. Técnicas de comunicação
  - 3.5.1. Técnica de comunicação em situações de emergência
  - 3.5.2. Estratégias de comunicação
  - 3.5.3. Comunicação assertiva
- 3.6. Comunicação às crianças em situações de emergência
  - 3.6.1. Primeiro contacto
  - 3.6.2. Cuidados de atenção diretos
  - 3.6.3. Intervenção
  - 3.6.4. Recoleção posterior
- 3.7. Comunicação com outras populações
  - 3.7.1. Populações especiais
  - 3.7.2. Comunicação com idosos
  - 3.7.3. Comunicação com pessoas com deficiência
  - 3.7.4. Comunicação com pessoas estrangeiras

- 3.8. Importância e objetivos dos primeiros socorros
  - 3.8.1. Introdução ao conceito de primeiros socorros
  - 3.8.2. Principais objetivos dos primeiros socorros
  - 3.8.3. Porque é que os primeiros socorros são importantes?
- 3.9. Introdução aos conceitos básicos
  - 3.9.1. Termos comumente utilizados em situações de emergência
  - 3.9.2. Situações de emergência comuns
- 3.10. Patologias mais comuns em situações de emergência psicossociais
  - 3.10.1. Patologias em situações de emergência
  - 3.10.2. Desenvolvimento patológico após a crise

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

- 4.1. Conceito de crise psicológica
  - 4.1.1. Introdução ao conceito de crise psicológica
  - 4.1.2. Severidade 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 fatores desencadeantes
  - 4.2.2. Tipos de fatores desencadeantes
- 4.3. Primeiros socorros psicológicos
  - 4.3.1. 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. Seguimento
- 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. Ação 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. Atuação da fase de reação
- 4.7. Fase de resolução e/ou de adaptação
  - 4.7.1. Adaptação psicológica
  - 4.7.2. Princípios da fase de resolução e/ou adaptação
  - 4.7.3. Fatores moduladores na adaptação
- 4.8. Competências específicas para intervenção em crise
  - 4.8.1. Habilidades de terapeuta
  - 4.8.2. Competências específicas do terapeuta 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. Importância da legislação e planos de emergência
  - 4.10.4. Planos de emergência eficazes

### Módulo 5. Protocolos de ação em situações específicas I

- 5.1. Intervenção em situações de stress agudo, ansiedade e pânico
  - 5.1.1. Introdução ao conceito de stress agudo, ansiedade e pânico
  - 5.1.2. Processo de intervenção de stress agudo
  - 5.1.3. Processo de intervenção de ansiedade
  - 5.1.4. Processo de intervenção de pânico
- 5.2. Luto
  - 5.2.1. Conceito de luto
  - 5.2.2. Teorias de luto
  - 5.2.3. Manifestações de luto normal
- 5.3. Introdução e tipos de luto
  - 5.3.1. Fases do luto
  - 5.3.2. Tipos de luto
  - 5.3.3. Funções do luto





- 5.4. Intervenção de crise em luto
  - 5.4.1. Importância da intervenção de luto
  - 5.4.2. O processo de intervenção em crise de luto
- 5.5. Dar más notícias I
  - 5.5.1. As más notícias
  - 5.5.2. Procedimento para a comunicação de más notícias
  - 5.5.3. Etapas da pessoa ao receber más notícias
- 5.6. Dar más notícias II
  - 5.6.1. Competências do praticante ao dar más notícias
  - 5.6.2. Fatores moduladores ao dar más notícias
  - 5.6.3. Aspetos específicos da comunicação de más notícias em menores e outras populações
- 5.7. Apoio emocional perante a perda
  - 5.7.1. Apoio emocional
  - 5.7.2. Perda
  - 5.7.3. O apoio emocional como fator modulador em situações de crise
- 5.8. Intervenção com o paciente agressivo
  - 5.8.1. Características do paciente agressivo
  - 5.8.2. Chaves para a intervenção com pacientes com comportamentos agressivos
  - 5.8.3. Competências do terapeuta para dominar o cenário terapêutico com pacientes com comportamentos agressivos
  - 5.8.4. Técnicas de intervenção com pacientes agressivos
- 5.9. Intervenção e gestão do paciente suicida extra-hospitalar
  - 5.9.1. Suicídio
  - 5.9.2. Competências terapêuticas para a gestão de pacientes suicidas extra-hospitalares
  - 5.9.3. Intervenção com pacientes em risco de suicídio
- 5.10. Intervenção com familiares de pessoas desaparecidas
  - 5.10.1. Fatores a ter em conta na intervenção com familiares de pessoas desaparecidas
  - 5.10.2. Técnicas para lidar com o evento traumático
  - 5.10.3. Processo de intervenção

## Módulo 6. Protocolos de ação em situações específicas II

- 6.1. Intervenção com a vítima de violência de género
  - 6.1.1. Introdução à violência de género
  - 6.1.2. Princípios de intervenção com pacientes vítimas de violência de género
  - 6.1.3. Competências e conhecimentos para uma intervenção precisa
  - 6.1.4. Procedimento para a intervenção
- 6.2. Intervenção com a 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. Competências e conhecimentos para uma intervenção precisa
  - 6.2.4. Procedimentos para a intervenção com a vítima de agressão sexual
- 6.3. Intervenção com pessoas intoxicadas por álcool e drogas
  - 6.3.1. Consumo de drogas
  - 6.3.2. Classificação das drogas
  - 6.3.3. Intervenção com consumidores de drogas
- 6.4. Intervenção em crise com crianças
  - 6.4.1. O processo terapêutico com crianças
  - 6.4.2. Chaves e princípios na intervenção terapêutica com crianças
  - 6.4.3. Ferramentas eficazes na intervenção com crianças
- 6.5. Intervenção em crise com o paciente psiquiátrico
  - 6.5.1. Introdução ao conceito de paciente psiquiátrico
  - 6.5.2. O papel do psicólogo na intervenção em crise com um paciente psiquiátrico
  - 6.5.3. Chaves e princípios de uma intervenção eficaz
- 6.6. Intervenção em crise com pessoas idosas
  - 6.6.1. Pessoas idosas no consultório do psicólogo
  - 6.6.2. Chaves e princípios da intervenção em crise com pessoas idosas
- 6.7. Intervenção em crise com pessoas com deficiências intelectuais
  - 6.7.1. Introdução à deficiência intelectual
  - 6.7.2. Chaves e princípios para a intervenção em crise com pessoas com deficiência intelectual
  - 6.7.3. Ferramentas para a intervenção com pessoas com deficiência intelectual
- 6.8. Intervenção em crise com imigrantes
  - 6.8.1. Trauma e **stress** para migrantes
  - 6.8.2. Chaves e princípios da intervenção em crise com os imigrantes

- 6.9. Acompanhamento na identificação de cadáveres
  - 6.9.1. Acompanhamento terapêutico
  - 6.9.2. Acompanhamento na 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 descansos
  - 6.10.4. Estratégias para lidar

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

- 7.1. Características de 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 do profissional
  - 7.2.1. Trauma
  - 7.2.2. Traumatização vicária
  - 7.2.3. Catástrofe
  - 7.2.4. Relação entre trauma e catástrofe
- 7.3. Fatores de proteção e de risco em trauma
  - 7.3.1. Fatores de proteção no trauma
  - 7.3.2. Fatores de risco no trauma
- 7.4. Como lidar
  - 7.4.1. Desgaste por empatia
  - 7.4.2. Prevenção
  - 7.4.3. Mecanismo de adaptação
- 7.5. Consequências do impacto psicológico
  - 7.5.1. Principais consequências do impacto psicológico
  - 7.5.2. Impacto psicológico como fator de stress pós-traumático
  - 7.5.3. Tratamento
- 7.6. Stress laboral
  - 7.6.1. Conceitualização do stress
  - 7.6.2. Fatores de risco de stress
  - 7.6.3. Consequências do stress laboral



- 7.7. Stress no pessoal de emergência
    - 7.7.1. Origem do **stress** no pessoal de emergência
    - 7.7.2. Fatores modeladores de stress no pessoal de emergências
    - 7.7.3. Efeitos do **stress** sobre o pessoal de emergência
  - 7.8. Patologias que podem ocorrer
    - 7.8.1. Transtorno de stress pós-traumático e transtorno de stress secundário pós-traumático
    - 7.8.2. Síndrome de *Burnout*
    - 7.8.3. Contratransferência
  - 7.9. Patologias no pessoal de emergência
    - 7.9.1. Transtorno de **stress** pós-traumático e transtorno de **stress** secundário pós-traumático
    - 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 gestão do **stress**
    - 7.10.2. Hábitos saudáveis como fator modulador
    - 7.10.3. O sonho
- Módulo 8. Técnicas de intervenção em grupo com os 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 de intervenção com os intervenientes
  - 8.3. Técnicas fisiológicas de gestão do **stress**
    - 8.3.1. Principais técnicas fisiológicas de gestão do **stress**
    - 8.3.2. Eficácia das técnicas fisiológicas de gestão do stress
    - 8.3.3. Novas técnicas fisiológicas de gestão do **stress**
  - 8.4. Técnicas cognitivo-comportamentais de gestão do stress
    - 8.4.1. Introdução à terapia cognitiva comportamental
    - 8.4.2. Principais técnicas cognitivo-comportamentais de gestão do stress
  - 8.5. Quando intervir em grupos com intervenientes?
    - 8.5.1. A importância da intervenção de grupo
    - 8.5.2. Vantagens da intervenção de grupo
    - 8.5.3. Quando é apropriada uma intervenção de grupo com intervenientes?
    - 8.5.4. Riscos de intervenção de grupo
  - 8.6. Sistemas de *apoio de pares*
    - 8.6.1. Introdução ao conceito de sistemas de *apoio de pares*
    - 8.6.2. Tipos de sistemas de *apoio de pares*
    - 8.6.3. Aplicabilidade 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. 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 com vítimas de situações traumáticas

- 9.1. Trauma
  - 9.1.1. 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 de traumas
  - 9.3.1. Como é avaliado o trauma?
  - 9.3.2. Principais instrumentos e ferramentas de avaliação de trauma
- 9.4. Efeitos a longo prazo do trauma sobre a vítima
  - 9.4.1. Efeitos a curto prazo vs. Efeitos a longo prazo
  - 9.4.2. Principais efeitos a longo prazo do trauma
- 9.5. Riscos de 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 crise
  - 9.6.3. Chaves e princípios da terapia de crise
  - 9.6.4. Objetivos da terapia de crise
- 9.7. Intervenções 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 uma intervenção em segunda instância?
  - 9.7.4. Princípios e chaves para uma intervenção em segunda instância
- 9.8. Terapia Emotiva Racional de Ellis
  - 9.8.1. Introdução à Terapia Racional Emotiva Racional de Ellis
  - 9.8.2. Usos da Terapia Racional Emotiva de Ellis
  - 9.8.3. Vantagens e desvantagens da Terapia Emotiva Racional de Ellis

- 9.9. Estilos para lidar
  - 9.9.1. Tipos de estilos para lidar
  - 9.9.2. Lidar com o trauma disfuncional
- 9.10. Resiliência
  - 9.10.1. Conceito e características de resiliência
  - 9.10.2. Fatores de resiliência protetores e facilitadores
  - 9.10.3. Fatores prejudiciais ou não-resilientes

## Módulo 10. A equipa de intervenção em crise

- 10.1. Perfil do psicólogo numa equipa de intervenção em crise
  - 10.1.1. O psicólogo de Emergências e Urgências em crise
  - 10.1.2. Características essenciais do psicólogo numa equipa de intervenção em crise
  - 10.1.3. O papel do psicólogo numa equipa de intervenção em crise
- 10.2. Outros perfis dentro de uma equipa de intervenção em crise
  - 10.2.1. Estrutura da equipa de intervenção em crise
  - 10.2.2. Tipos de profissionais dentro de uma equipa de intervenção em crise
  - 10.2.3. A gestão e coordenação das equipas de intervenção em crise
- 10.3. Pré-aviso
  - 10.3.1. Atitudes prudenciais
  - 10.3.2. Preparação da população
  - 10.3.3. Preparação da equipa de intervenção
- 10.4. A crise
  - 10.4.1. Crise
  - 10.4.2. Tipos de crises
  - 10.4.3. Reações
- 10.5. O evento
  - 10.5.1. Avaliação geral do evento
  - 10.5.2. Níveis de intervenção
  - 10.5.3. Organização geral do evento
- 10.6. Diretrizes para assegurar um bom trabalho de equipa
  - 10.6.1. Introdução ao trabalho em equipa
  - 10.6.2. Características de um bom trabalho de equipa
  - 10.6.3. Diretrizes para assegurar um bom trabalho de equipa

- 10.7. Importância da criação de 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 criação de confiança e segurança
  - 10.7.3. O papel do psicólogo na criação de confiança e segurança na terapia e intervenção psicológica
- 10.8. Resolução de conflitos dentro da equipa
  - 10.8.1. Tipos de conflitos 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. Comunicação e relações com os media de comunicação
  - 10.9.1. Comunicação em intervenção de crise
  - 10.9.2. Meios de comunicação
  - 10.9.3. Comunicação de emergências e catástrofes com os meios de comunicação
- 10.10. O presente e o futuro da intervenção de crise
  - 10.10.1. Estado atual da intervenção de crise
  - 10.10.2. O futuro da intervenção em crise e da Psicologia de Emergências e Urgências



*“Não pense duas vezes e aposte numa experiência académica que não só melhorará significativamente o seu serviço de cuidados psicológicos, mas também o tornará um profissional mais confiante, competente e audacioso”*

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 o psicólogo experimenta uma forma de aprendizagem que abala as bases das universidades tradicionais em 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 na prática profissional do psicólogo.

“

*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 psicólogos que seguem este método não só conseguem a assimilação de conceitos, mas também um desenvolvimento da sua capacidade mental, através de exercícios de avaliação de situações reais e da aplicação de conhecimentos.
- 2 A aprendizagem é solidamente traduzida em competências práticas que permitem ao psicólogo integrar melhor o conhecimento na prática clínica.
- 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 psicólogo 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).

Esta metodologia já formou mais de 150.000 psicólogos com sucesso sem precedentes em todas as especialidades clínicas. 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.



#### Últimas técnicas e procedimentos em vídeo

A TECH aproxima os estudantes das técnicas mais recentes, dos últimos avanços educacionais e da vanguarda das técnicas dentárias atuais. 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.

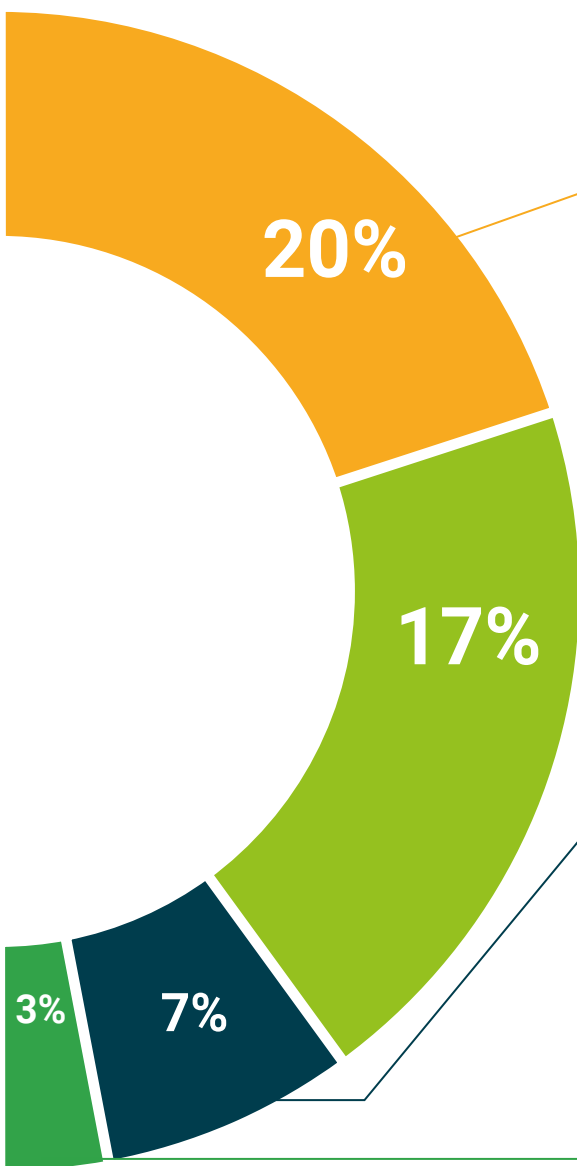
Este sistema educativo único para a apresentação de conteúdos multimédia foi premiado pela Microsoft como uma "História de Sucesso Europeu"



#### 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

Existem provas científicas sobre a utilidade da observação por terceiros especializados. O denominado Learning from an Expert constrói conhecimento e memória, e gera 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 Mestrado Próprio 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 educacional mais completo e atualizado do mercado.

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

O certificado emitido pela **TECH Universidade Tecnológica** expressará a qualificação obtida no Mestrado Próprio, 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**

Carga horária: **1.500 horas**



\*Apostila de Haia Caso o aluno solicite que o seu certificado seja apostilado, a TECH EDUCATION providenciará a obtenção do mesmo com 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 site

**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

