

## INFORMAÇÃO-PROVA | Ensino Profissional

Curso Técnico Auxiliar de Saúde - Código 729281

---

**Módulo/UFCD: 6581 – Gestão do Stress Profissional em Saúde**

**Disciplina: Comunicação e Relações Interpessoais**

**Modalidade:** Teórica

**Duração da Prova:** 90 minutos

---

### **Caracterização da Prova**

A prova inclui itens de escolha múltipla, verdadeiro ou falso, itens de resposta restrita e aberta.

Os itens podem ter como suporte um ou mais documentos, como textos e figuras.

A prova é cotada para 200 pontos, com a devida equivalência a 20 valores.

### **Conteúdos**

O Erro Humano

- ◇ Conceito
- ◇ Causas e consequências
- ◇ Medidas preventivas

O Stress

- ◇ Conceito de stress
- ◇ Fatores de risco: emocionais, sociais, organizacionais
- ◇ Sinais e sintomas
- ◇ Consequências negativas do stress
- ◇ Medidas preventivas

Técnicas de controlo e gestão de stress profissional

- ◇ Como lidar com situações de agonia e sofrimento
- ◇ Técnicas de auto-protecção

Tarefas que em relação a esta temática se encontram no âmbito de intervenção do/a

Técnico/a Auxiliar de Saúde

- ◇ Tarefas que, sob orientação de um profissional de saúde, tem de executar sob sua supervisão direta
- ◇ Tarefas que, sob orientação e supervisão de um profissional de saúde, pode executar sozinho/a

## **Objetivos/Competências**

- ◇ Identificar o conceito de erro humano, causas, consequências negativas e medidas preventivas.
- ◇ Identificar o conceito de stress, causas, consequências negativas do mesmo.
- ◇ Identificar as técnicas preventivas, de controlo e gestão de stress profissional.
- ◇ Identificar as técnicas de prevenção, proteção de forma a lidar com situações de limite, agonia e sofrimento.
- ◇ Explicar que as tarefas que se integram no âmbito de intervenção do/a Técnico/a Auxiliar de Saúde terão de ser sempre executadas com orientação e supervisão de um profissional de saúde.
- ◇ Identificar as tarefas que têm de ser executadas sob supervisão direta do profissional de saúde e aquelas que podem ser executadas sozinho.
- ◇ Aplicar técnicas preventivas, de controlo e gestão de stress profissional.
- ◇ Aplicar técnicas de prevenção, proteção de forma a lidar com situações de limite, agonia e sofrimento.
- ◇ Explicar a importância de demonstrar interesse e disponibilidade na interação com utentes.
- ◇ Explicar a importância de manter autocontrolo em situações críticas e de limite.
- ◇ Explicar o dever de agir em função das orientações do profissional de saúde.
- ◇ Explicar o impacto das suas ações na interação e bem-estar emocional de terceiros.
- ◇ Explicar a importância de agir de acordo com normas e/ou procedimentos definidos no âmbito das suas atividades.
- ◇ Explicar a importância de demonstrar segurança durante a execução das suas tarefas
- ◇ Explicar a importância da concentração na execução das suas tarefas.

## **Material**

As respostas da parte teórica são registadas em folha própria, fornecida pela escola. Como material de escrita, apenas pode ser usada caneta ou esferográfica de tinta azul ou preta de tinta indelével.