

ACOMPANHAR UM ENTE QUERIDO EM CUIDADOS PALIATIVOS: APOIAR SEM DESMORONAR

Formação destinada às famílias e aos próximos de uma pessoa com câncer cuja doença evolui para uma fase paliativa

Compreender, acompanhar e cuidar de si durante uma das provas mais intensas da vida

Duração : 2 horas	Módulos : 4 módulos
Lições : 16 lições	Público : Famílias e próximos de pessoas em cuidados paliativos
Formato : 100 % online, assíncrono	Organismo : N° 11757351875
Certificação : Qualiopi	Preço : Sob orçamento

www.dynseo.com/nos-formations | contact@dynseo.com | 09 66 93 84 22

Descrição da formação

Esta formação de 2 horas ajuda as famílias a compreender o que são realmente os cuidados paliativos e a acompanhar o seu ente querido nesta fase com presença e serenidade. Os cuidados paliativos não significam abandono — significam que o conforto, a dignidade e a qualidade de vida tornam-se a prioridade. Você aprenderá a estar presente de forma significativa, a trabalhar com as equipes de cuidados, e a cuidar de si mesmo durante este período intenso. A formação aborda também a preparação para o luto e a reconstrução após o falecimento.

Resumo dos módulos

MODULE 1	Compreender os cuidados paliativos	4 lições
MODULE 2	Acompanhar no dia a dia na fase paliativa	4 lições
MODULE 3	Cuidar de você durante este período	4 lições
MODULE 4	O luto após o falecimento	4 lições

Objetivos pedagógicos

Objetivos pedagógicos

- Compreender o que são os cuidados paliativos e o que muda quando se entra nesta fase
- Saber acompanhar o seu ente querido no dia a dia: dor, alimentação, comunicação, últimos momentos
- Gerir as decisões difíceis: interrupção de tratamentos, diretivas antecipadas, sedação paliativa
- Acolher as emoções e os medos do seu ente querido sem fugir das conversas difíceis
- Cuidar de si mesmo para evitar o esgotamento: organizar rotações, encontrar apoio, gerir a culpa
- Preparar o luto antes do falecimento e se reconstruir depois da perda

Informações gerais

Duração	2 horas
Público visado	Famílias e próximos de uma pessoa com câncer cuja doença evolui para uma fase paliativa
Pré-requisitos	Nenhum, formação acessível a todo o público adulto
Tarifa	Sob orçamento - IVA não aplicável (artigo 261-4-4° do CGI)
Certificação	Qualiopi - Atestado de conclusão de formação

Lição 1 - O que são realmente os cuidados paliativos

- Definição: prioridade ao conforto, à dignidade e à qualidade de vida, não à cura
- Os cuidados paliativos não começam na agonia: podem começar muito antes
- O que muda e o que não muda quando se entra em cuidados paliativos
- Os locais de cuidados paliativos: em casa, em unidade de cuidados paliativos (UCP), em EHPAD

Lição 2 - As decisões difíceis em cuidados paliativos

- A interrupção dos tratamentos curativos: compreender esta decisão sem a viver como um abandono
- As diretivas antecipadas: o que o seu ente querido pode ter expressado sobre os seus desejos
- A pessoa de confiança: seu papel, como ela está envolvida nas decisões
- A sedação paliativa: o que é, quando é considerada, o que significa

Lição 3 - O que o seu ente querido sente na fase paliativa

- Os medos mais frequentes: sofrer, estar sozinho, ser um fardo, perder a dignidade
- Como tranquilizar sem mentir: "tu não sofrerás", "tu não estarás sozinho"
- A necessidade de falar sobre a morte: como acolher essas conversas sem fugir
- O que seu ente querido precisa ouvir de você antes de partir

Lição 4 - O papel da família nos cuidados paliativos

- A sua presença é o cuidado mais importante que você pode oferecer
- O que você pode fazer concretamente: cuidados de conforto, presença, toques afetivos
- O que você não pode fazer: curar, impedir, controlar — e isso é normal
- Trabalhar com a equipe de cuidados como parceiro do conforto do seu ente querido

Lição 1 - A dor e o conforto físico

- A dor em cuidados paliativos é tratável: nunca deixar sofrer sem alertar
- Os medicamentos paliativos: morfina e opioides — entender sem ter medo
- Os cuidados de conforto que você pode fazer: posicionamento, cuidados bucais, massagem das mãos
- Quando e como alertar a equipe de cuidados diante de uma dor ou desconforto

Lição 2 - A alimentação e a hidratação no final da vida

- Por que o seu ente querido está comendo cada vez menos: uma etapa normal do processo
- A nutrição artificial no final da vida: o que os cuidadores dizem, o que você pode aceitar
- Propor sem insistir: os pequenos prazeres gustativos que ainda são possíveis
- A hidratação: o que é recomendado, o que alivia, o que pode agravar

Lição 3 - A comunicação quando as palavras se tornam difíceis

- Quando o seu ente querido não fala muito: permanecer presente sem forçar a conversa
- O que você pode dizer mesmo sem resposta: seu ente querido muitas vezes ouve até o fim
- O toque, a música, a leitura em voz alta: pontes relacionais preciosas
- As coisas importantes a dizer antes que seja tarde demais: perdão, amor, gratidão

Lição 4 - Os últimos dias e as últimas horas

- Os sinais que indicam que o fim está próximo: mudanças físicas a conhecer
- Estar presente sem esperar: você nem sempre pode estar lá no momento exato
- O que seu ente querido sente nas últimas horas: serenidade muitas vezes, raramente agitação
- Após o falecimento: as primeiras horas, levar o tempo necessário, não apressar

Lição 1 - O que você está passando, você também

- A dor antecipada: chorar por alguém que ainda está aqui
- O esgotamento do cuidador: noites difíceis, tensão permanente, medo de perder o momento
- A culpa: de querer que isso acabe, de não estar presente o suficiente, de não saber o que fazer

- Todas essas emoções são normais: você não é um mau familiar

Lição 2 - Gerir o seu próprio esgotamento

- Dormir, comer, sair: as bases a não sacrificar completamente
- Organizar as rotações de presença com outros familiares ou voluntários
- As equipes de cuidados paliativos também apoiam as famílias: solicite-as
- Respire ar fresco sem culpa: você estará mais presente após um momento para si

Lição 3 - Encontrar apoio

- As equipes de cuidados paliativos: médico, enfermeiro, psicólogo, assistente social — todos lá para você também
- As associações de cuidados paliativos: voluntários de acompanhamento, apoio às famílias
- O apoio psicológico em emergência: não esperar após o falecimento para obtê-lo
- Falar com alguém que passou pela mesma situação: os grupos de luto e de acompanhamento

Lição 4 - Preparar o luto antes do falecimento

- O que você pode fazer agora que irá ajudá-lo depois: recolher memórias, palavras
- As decisões práticas a antecipar: funerais, trâmites administrativos — não deixe tudo para depois
- Preparar as crianças e o entorno para a morte iminente: com quais palavras
- Você tem o direito de se preparar para viver depois: isso não é uma traição

MODULE 4

O luto após o falecimento

4 lições

Lição 1 - Compreender o processo de luto

- A perda não é linear: ondas de tristeza, momentos de alívio, retrocessos
- As diferentes formas de luto: tristeza, alívio, culpa, raiva — tudo é normal
- O luto do cuidador: uma forma específica, muitas vezes mais complexa
- O que pode complicar o luto: luto traumático, luto não resolvido, isolamento

Lição 2 - Os primeiros meses após o falecimento

- O período imediato: os trâmites, o vazio, a irrealidade
- Os aniversários e as primeiras vezes sem seu ente querido: antecipá-los para melhor enfrentá-los
- A retomada do trabalho e da vida social: no seu ritmo, sem pressão
- As crianças em luto: como acompanhá-las nas semanas seguintes

Lição 3 - Encontrar apoio no luto

- Os grupos de luto: o que se faz lá, por que é útil mesmo que se "supere"
- O apoio psicológico em luto: quando consultar, como encontrar o profissional certo
- As associações de luto: JALMALV, associações de cuidados paliativos, grupos confessionais
- O círculo que não sabe o que dizer: como dizer a ele o que você precisa

Lição 4 - Se reconstruir depois

- A perda não significa esquecer: construir uma nova relação com a memória do seu ente querido
- Redescobrir o gosto pela vida: uma etapa normal e saudável, não uma traição
- Reinvestir em projetos, relações, uma vida — no seu ritmo
- O que esta prova lhe ensinou sobre você mesmo e sobre o que realmente importa

Modalidades pedagógicas

- Formação 100% online, acessível 24h/24h
- Vídeos pedagógicos, documentos para download
- Exercícios práticos de aplicação
- Questionários de validação dos conhecimentos
- Fórum de discussão entre participantes
- Atestado de conclusão de formação