

# Catàleg d'accions formatives

## 2018 Programes de Formació Transversal

ÀMBIT SECTORIAL : Seguretat i salut laboral

FAMÍLIA PROFESSIONAL : Formació complementària

ÀREA PROFESSIONAL : Seguretat i salut laboral

### NOM DE L'ACCIÓ: Suport Vital Bàsic + desfibril·lació semiautomàtica (SVB+DEA)

**Grup AF:** FCOS129    **Grup Ampliat:** 2017    **Hores:** 6    **Nivell:** Superior    **Novetat 2018:**

#### Objectius:

Objectiu general

Aconseguir la màxima difusió del SVB i de la utilització del DEA

Objectius específics

- Aprendre a identificar una aturada cardiorespiratòria (ACR).
- Posar en marxa el sistema d'emergències.
- Adquirir els coneixements teòrics i les habilitats necessaris per al tractament de l'ACR, assolint la realització de maniobres de ressuscitació cardiopulmonar (RCP) de qualitat. Apreneu a manejar i domini del maneig del desfibril·lador automàtic amb seguretat i de la guia d'utilització.
- Aprendre la posició lateral de seguretat (PLS).
- Aprendre a actuar davant d'una obstrucció de la via aèria (OVRA).

#### Continguts:

1. Seguretat del material. Protector.
2. Valorar resposta i si respira amb normalitat
3. Aconseguir ajuda al 112.
4. Efectuar 30 compressions toràciques.
5. Efectuar 2 ventilacions.
6. Posar en funcionament el DEA i seguir les instruccions. 7. Posició lateral de seguretat i IVRA.

#### Observacions:

### NOM DE L'ACCIÓ: Tècniques de relaxació

**Grup AF:** FCOS116    **Grup Ampliat:** 2016    **Hores:** 20    **Nivell:** Bàsic    **Novetat 2018:**

#### Objectius:

Objectius:

- Adquirir recursos per afrontar les tensions laborals i del dia a dia.
- Desenvolupar la capacitat de viure el moment present per potenciar la concentració i viure amb plenitud.
- Desenvolupar recursos per disminuir els nivells d'ansietat, tensió mental i depressió

#### Continguts:

1. Introducció: La relaxació com a teràpia de base
2. Diferents tècniques de relaxació
3. Diferents tipus de massatge

#### Observacions: