

Formação Prática

Enfermagem Desportiva





Formação Prática
Enfermagem Desportiva

Índice

01

Introdução

pág. 4

02

Porquê fazer esta
Formação Prática?

pág. 6

03

Objetivos

pág. 8

04

Planeamento do ensino

pág. 10

05

Onde posso fazer a
Formação Prática?

pág. 12

06

Condições gerais

pág. 14

07

Certificação

pág. 16

01

Introdução

A prevenção de lesões, a recuperação adequada e as estratégias nutricionais para os atletas são algumas das tarefas em que a equipa de Enfermagem Desportiva está envolvida. Nas últimas décadas, estes profissionais passaram a contar com uma vasta gama de recursos de monitorização e avaliação que contribuem para a prestação de cuidados específicos. Dispõem igualmente de uma maior autonomia para exercer protocolos de alto nível e conceber estratégias de intervenção por si próprios. No entanto, não existem no mercado educativo cursos suficientes que contribuam para a sua atualização prática. Por esta razão, a TECH desenvolveu uma modalidade de estudo que consiste num estágio intensivo de três semanas num hospital de renome.

“

Incorporar na sua atividade diária os mais recentes protocolos de enfermagem para o tratamento de atletas com lesões desportivas de diferentes graus de gravidade”





No mundo desportivo de hoje, o pessoal de Enfermagem é essencial. São responsáveis pela recolha de dados de diagnóstico obtidos através de equipamentos como as cintigrafias e as ecografias. São igualmente responsáveis por sugerir e conceber exercícios destinados a reforçar as zonas do corpo que se encontram fracas, suscetíveis de se lesionarem e a prevenir eventuais recaídas. Por sua vez, são responsáveis pela análise do estado nutricional do paciente atleta e pelo planeamento de estratégias específicas para melhorar o seu estado de saúde. Ao mesmo tempo, muitos destes profissionais não estão a par dos novos protocolos disponíveis, e muito menos conhecem as competências necessárias para os implementar, devido à falta de cursos dessas áreas.

Por esta razão, a TECH lançou esta certificação intensiva e presencial, em que o estudante beneficiará de um estágio de qualidade num hospital de prestígio. O processo de formação terá a duração de três semanas, em turnos consecutivos de oito horas, de segunda a sexta-feira. Esta modalidade académica inclui a utilização de tecnologias modernas e de procedimentos de última geração. O enfermeiro será capaz de os aplicar na assistência a médicos especialistas e na prestação de cuidados a verdadeiros pacientes atletas com diferentes patologias.

Além disso, ao longo deste período educativo, terá a possibilidade de trabalhar diretamente com especialistas com uma vasta experiência. Com eles, discutirá métodos de intervenção e estratégias de análise específicas da sua área de especialização. Um orientador adjunto, nomeado pela TECH, acompanhará igualmente os seus progressos. Esta figura pedagógica será igualmente responsável pela introdução de tarefas dinâmicas e ajudará o estudante a melhorar as suas competências práticas. Após a conclusão deste curso, cada enfermeiro estará apto a exercer os mais recentes métodos de enfermagem com excelência no seu trabalho quotidiano.

02

Porquê fazer esta Formação Prática?

Os enfermeiros raramente têm a oportunidade de atualizar as suas competências num domínio tão específico e exigente como o da Medicina Desportiva. Esta situação deve-se, em grande parte, ao facto de os cursos relacionados com esta área não estarem, em geral, adaptados às necessidades de formação dos estudantes, fornecendo-lhes apenas uma carga teórica pesada. Neste contexto, esta Formação Prática da TECH é uma alternativa de qualidade. Neste curso, o profissional passará as três semanas de estágio presencial e intensivo num hospital de prestígio. Aí, desenvolverá protocolos inovadores sob a orientação de grandes especialistas.



Com a TECH, entrará num ambiente clínico de excelência, dedicado à recuperação de atletas de elite, e tornar-se-á num profissional atualizado em relação às últimas tendências em Enfermagem"

1. Atualize-se a partir da mais recente tecnologia disponível

As novas tecnologias, como as ecografias, as cintigrafias e os estudos biomecânicos do aparelho locomotor, revolucionaram as ciências dedicadas ao controlo do estado de saúde dos atletas. Embora muitas vezes o pessoal de enfermagem não manuseie diretamente estes equipamentos, deve conhecer as recomendações para a sua utilização, sugerir a sua aplicação, garantir a sua eficácia e colaborar na sua recolha de dados. Por este motivo, nesta certificação da TECH, os estudantes terão a oportunidade de manusear todos estes equipamentos e os seus protocolos de funcionamento de perto, durante um estágio prático e presencial de três semanas.

2. Recorrer à experiência dos melhores especialistas

Os estudantes deste curso serão sempre aconselhados por especialistas com carreiras profissionais distintas. Juntamente com eles, discutirão as estratégias mais adequadas ao estado dos pacientes atletas em momentos específicos. Além disso, um orientador adjunto acompanhará os seus progressos e assegurará o desenvolvimento de competências práticas específicas.

3. Aceder a ambientes clínicos de excelência

Após um processo de seleção pormenorizado, a TECH escolheu os centros que farão parte desta Formação Prática. Todas elas se distinguem pelos seus modernos recursos tecnológicos e por uma equipa de especialistas de alto nível. Graças a ambos, o estudante alcançará elevados níveis de competência durante as três semanas de estágio intensivo e presencial oferecido por esta certificação.



4. Por em prática o que aprendeu desde o início

No mercado pedagógico, a maioria dos cursos académicos centra-se nos aspetos teóricos da Enfermagem Desportiva. No entanto, esta Formação Prática tem por objetivo permitir ao estudante desenvolver competências concretas, in situ, trabalhando com pacientes reais. Para esta formação, terá a possibilidade de se instalar num centro clínico de referência e de trabalhar com os melhores especialistas neste domínio da saúde.

5. Expandir as fronteiras do conhecimento

A TECH pretende preparar os seus alunos de Enfermagem Desportiva com base nos melhores padrões internacionais. Por esta razão, foi acordado o desenvolvimento desta Formação Prática em instituições localizadas em diferentes cidades. Deste modo, cada aluno optará por uma educação de qualidade, acompanhada de um modelo de estudo único que só poderia estar disponível na maior universidade digital do mundo.



Terá uma imersão prática completa numa escola da sua escolha"

03

Objetivos

Os mais recentes procedimentos de Enfermagem Desportiva serão recolhidos e implementados de forma prática através desta Formação. Assim, a TECH contribuirá para o desenvolvimento de competências específicas nos seus alunos, com base nos critérios de cuidados de saúde mais recentes.



Objetivos gerais

- ♦ Atualizar a abordagem das principais patologias desportivas
- ♦ Explorar a psicologia desportiva e a avaliação do atleta em diferentes momentos da época
- ♦ Aprofundar a utilização e o estudo da biomecânica em ambientes desportivos de alto rendimento
- ♦ Estudar a legislação atual em matéria de atividade desportiva e de Enfermagem
- ♦ Rever o conceito de nutrição desportiva em contextos de desporto de alto rendimento e os fundamentos anátomo-fisiológicos que o sustentam





Objetivos específicos

- ♦ Estudar a fisiologia do exercício e os sistemas energéticos
- ♦ Conhecer as principais adaptações cardiovasculares, respiratórias, endócrinas, digestivas e músculo-esqueléticas à atividade física e desportiva
- ♦ Estudar o papel da intervenção da enfermagem na avaliação da condição física e desportiva do jogador
- ♦ Analisar a importância de controlar a fadiga e o sobretreino no desporto
- ♦ Desenvolver o papel do enfermeiro na avaliação do gasto energético e da nutrição desportiva
- ♦ Dominar os últimos desenvolvimentos dos estudos sobre hidratos de carbono, gorduras, proteínas e exercício físico
- ♦ Investigar o papel do enfermeiro no doping e no controlo antidoping
- ♦ Desenvolver a importância da nutrição na recuperação de lesões desportivas
- ♦ Identificar os testes de diagnóstico relevantes nas lesões físicas e desportivas e a intervenção do enfermeiro nas mesmas
- ♦ Atualizar os conhecimentos sobre a incidência de cardiopatias e hipertensão arterial na atividade física e no desporto
- ♦ Abordar os fundamentos psicológicos do exercício físico e do desporto
- ♦ Diferenciar os movimentos numa dimensão e num plano, bem como a cinemática das rotações
- ♦ Analisar a biomecânica aplicada ao desporto de alto rendimento em casos práticos
- ♦ Distinguir a intervenção do enfermeiro na época competitiva e nos períodos de transição
- ♦ Examinar o metabolismo energético no esforço físico do atleta
- ♦ Destacar o papel do enfermeiro desportivo nas lesões e perturbações

04

Planificação do programa de estágio

Esta Formação Prática consiste num estágio intensivo e presencial de 120 horas. Este período de preparação consiste em dias de trabalho imersivo, de segunda a sexta-feira, com uma duração total de três semanas. Durante este período, cada enfermeiro estará em contacto direto com pacientes reais que necessitam de cuidados personalizados em resultado da sua atividade desportiva intensiva.

Os alunos aprenderão os procedimentos relevantes da sua área profissional em conjunto com os melhores especialistas do setor, provenientes de uma instituição hospitalar exigente. Além disso, o seu progresso académico será supervisionado por um orientador adjunto muito conceituado que se distingue pelas melhores competências de trabalho. Assim, cada estudante contactará com um ambiente técnico e clínico da mais alta hierarquia e desenvolverá, *in situ*, as competências mais solicitadas na sua área.

Nesta proposta de formação totalmente prática, as atividades visam desenvolver e aperfeiçoar as competências necessárias à prestação de cuidados de saúde em áreas e condições que exigem um elevado nível de qualificação, sendo orientadas para a formação específica para o exercício da atividade, num ambiente de segurança para o doente e de elevado desempenho profissional.

O ensino prático será realizado com a participação ativa do aluno na realização das atividades e procedimentos de cada área de competência (aprender a aprender e aprender a fazer), com o acompanhamento e orientação dos professores e outros colegas de qualificação para facilitar o trabalho em equipa e a integração multidisciplinar como competências transversais à prática da Enfermagem (aprender a ser e aprender a relacionar-se).





Os procedimentos descritos a seguir constituirão a base da parte prática da formação e a sua aplicação está sujeita tanto à adequação dos pacientes como à disponibilidade do centro e à sua carga de trabalho, sendo as atividades propostas as seguintes:

Módulo	Atividade Prática
Métodos de diagnóstico de última geração para a Enfermagem Desportiva	Colaborar no diagnóstico de lesões em fases muito precoces, através de métodos de cintigrafias
	Avaliar o estado de lesões musculares e de outros tecidos moles, como tendões ou ligamentos, através de ecografias
	Recolher os resultados de estudos biomecânicos digitalizados para abordar o estado de saúde do pé em particular e do aparelho locomotor em geral
	Sugerir a utilização do equipamento de Radiofrequência R200 para reforçar a ação antálgica, anti-inflamatória, antiedematosa e cicatrizante no processo de recuperação de atletas
Exercício para a readaptação de lesões desportivas em Enfermagem	Conceber exercícios destinados a reforçar a zona lesionada e a prevenir uma eventual recaída
	Planear um treino centrado na melhoria da saúde muscular dos atletas
	Comprovar o desenvolvimento de exercícios físicos específicos para cada grupo muscular, com o objetivo de favorecer a readaptação à prática desportiva
Avaliação do estado nutricional e da dieta do atleta partir da Enfermagem	Participar na análise da bioenergética e da nutrição
	Rever o estado nutricional do paciente nas diferentes fases etárias
	Monitorizar a ingestão diária do paciente e sugerir ajustes aos especialistas, se necessário
	Verificar a adaptação fisiológica e metabólica a diferentes tipos de exercício
Tratamento das lesões desportivas do ponto de vista da Enfermagem	Prestar apoio no tratamento e examinação das lesões musculares dos membros superiores
	Informar o médico sobre a evolução das lesões, comparando os diferentes métodos de controlo
	Comunicar as conclusões e os resultados ao especialista após a avaliação funcional do joelho, através da abordagem neuro-ortopédica
	Gerir as técnicas osteopáticas pélvicas

05

Onde posso fazer a Formação Prática?

O objetivo da TECH é oferecer uma educação de qualidade que esteja ao alcance da maioria das pessoas. Por esse motivo, decidiu alargar os horizontes académicos dos seus alunos através desta Formação Prática. Para tal, cada aluno será enviado, durante três semanas, para um centro de prestígio no domínio da Enfermagem Desportiva. Além disso, terá a oportunidade de selecionar a instituição que melhor se enquadra na sua localização geográfica e nos seus interesses.

“

Esta Formação Prática é tudo o que precisa para atingir a excelência em Enfermagem Desportiva. Não perca esta oportunidade única e inscreva-se já”





O estudante poderá efetuar esta formação nos seguintes centros:



Enfermagem

Policlínico HM Matogrande

País

Espanha

Cidade

A Coruña

Direção: R. Enrique Mariñas Romero, 32G, 2º,
15009, A Coruña

Rede de clínicas, hospitais e centros especializados
privados em toda a Espanha

Formações práticas relacionadas:

- Enfermagem no Serviço de Pneumologia
- Fisioterapia Desportiva



Enfermagem

Policlínico HM Moraleja

País

Espanha

Cidade

Madrid

Direção: P.º de Alcobendas, 10, 28109,
Alcobendas, Madrid

Rede de clínicas, hospitais e centros especializados
privados em toda a Espanha

Formações práticas relacionadas:

- Cuidados Ginecológicos para Médicos Parteiros
- Enfermagem Avançada em Bloco Operatório

06

Condições gerais

Seguro de responsabilidade civil

A principal preocupação desta instituição é garantir a segurança dos profissionais que realizam o estágio e dos demais colaboradores necessários para o processo de formação prática na empresa.

Entre as medidas adotadas para alcançar este objetivo está a resposta a qualquer incidente que possa ocorrer ao longo do processo de ensino-aprendizagem.

Para tal, esta entidade educativa compromete-se a fazer um seguro de responsabilidade civil que cubra qualquer eventualidade que possa surgir durante o período de estágio no centro onde se realiza a formação prática.

Esta apólice de responsabilidade civil terá uma cobertura ampla e deverá ser aceita antes do início da formação prática.

Desta forma, o profissional não terá que se preocupar com situações inesperadas, estando amparado até a conclusão do programa prático no centro.



Condições Gerais da Formação Prática

As condições gerais da convenção de estágio para o programa são as seguintes:

1. ORIENTAÇÃO: durante a Formação Prática, serão atribuídos ao aluno dois orientadores que o acompanharão ao longo de todo o processo, esclarecendo quaisquer dúvidas e questões que possam surgir. Por um lado, haverá um orientador profissional pertencente ao centro de estágios, cujo objetivo será orientar e apoiar o estudante em todos os momentos. Por outro lado, será também atribuído um orientador académico, cuja missão será coordenar e ajudar o aluno ao longo de todo o processo, esclarecendo dúvidas e auxiliando-o em tudo o que necessitar. Desta forma, o profissional estará sempre acompanhado e poderá esclarecer todas as dúvidas que possam surgir, tanto de natureza prática como académica.

2. DURAÇÃO: o programa de estágio terá a duração de 3 semanas consecutivas de formação prática, distribuídas por turnos de 8 horas, em 5 dias por semana. Os dias de comparência e o horário serão da responsabilidade do centro, informando o profissional devidamente e antecipadamente, com tempo suficiente para facilitar a sua organização.

3. NÃO COMPARÊNCIA: em caso de não comparência no dia do início da Formação Prática, o aluno perderá o direito à mesma sem possibilidade de reembolso ou de alteração de datas. A ausência por mais de 2 dias de estágio, sem causa justificada/médica, implica a anulação do estágio e, por conseguinte, a sua rescisão automática. Qualquer problema que surja no decurso da participação no estágio deve ser devidamente comunicado, com carácter de urgência, ao orientador académico.

4. CERTIFICAÇÃO: o aluno que concluir a Formação Prática receberá um certificado que acreditará a sua participação no centro em questão.

5. RELAÇÃO PROFISSIONAL: a Formação Prática não constitui uma relação profissional de qualquer tipo.

6. ESTUDOS PRÉVIOS: alguns centros podem solicitar um certificado de estudos prévios para a realização da Formação Prática. Nestes casos, será necessário apresentá-lo ao departamento de estágios da TECH, para que seja confirmada a atribuição do centro selecionado.

7. NÃO INCLUI: a Formação Prática não incluirá qualquer elemento não descrito nas presentes condições. Por conseguinte, não inclui alojamento, transporte para a cidade onde se realizam os estágios, vistos ou qualquer outro serviço não descrito acima.

No entanto, o aluno poderá consultar o seu orientador académico se tiver qualquer dúvida ou recomendação a este respeito. Este fornecer-lhe-á todas as informações necessárias para facilitar os procedimentos envolvidos.

07 Certificação

Este programa permitirá a obtenção do certificado do **Formação Prática em Enfermagem Geriátrica** reconhecido pela **TECH Global University**, a maior universidade digital do mundo.

A **TECH Global University** é uma Universidade Europeia Oficial reconhecida publicamente pelo Governo de Andorra ([*bollettino ufficiale*](#)). Andorra faz parte do Espaço Europeu de Educação Superior (EEES) desde 2003. O EEES é uma iniciativa promovida pela União Europeia com o objetivo de organizar o modelo de formação internacional e harmonizar os sistemas de ensino superior dos países membros desse espaço. O projeto promove valores comuns, a implementação de ferramentas conjuntas e o fortalecimento de seus mecanismos de garantia de qualidade para fomentar a colaboração e a mobilidade entre alunos, pesquisadores e acadêmicos.

Esse título próprio da **TECH Global University** é um programa europeu de formação contínua e atualização profissional que garante a aquisição de competências em sua área de conhecimento, conferindo um alto valor curricular ao aluno que conclui o programa.

Certificação: **Formação Prática em Enfermagem Geriátrica**

Duração: **3 semanas**

Modalidade: **de segunda a sexta-feira, turnos de 8 horas consecutivas**

Total de horas: **120 horas de estágio profissional**

Reconhecimento: **5 ECTS**





Formação Prática
Enfermagem Desportiva

Formação Prática

Enfermagem Desportiva

