

# EXERCÍCIO FÍSICO COMO ESTRATÉGIA DE INTERVENÇÃO EM ENFERMAGEM DE REABILITAÇÃO

BRUNO DELGADO<sup>1</sup>, ANDRÉ NOVO<sup>2</sup>, BÁRBARA GOMES<sup>3</sup>, EUGÉNIA MENDES<sup>2</sup>, IVO LOPES<sup>1</sup>

<sup>1</sup>CENTRO HOSPITALAR DO PORTO, <sup>2</sup>ESSBRAGANÇA, <sup>3</sup>ESEP

## INTRODUÇÃO:

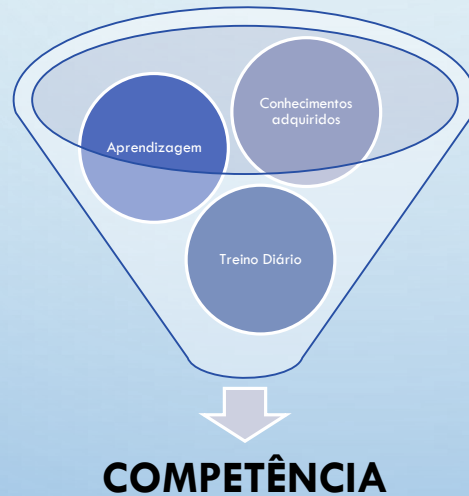
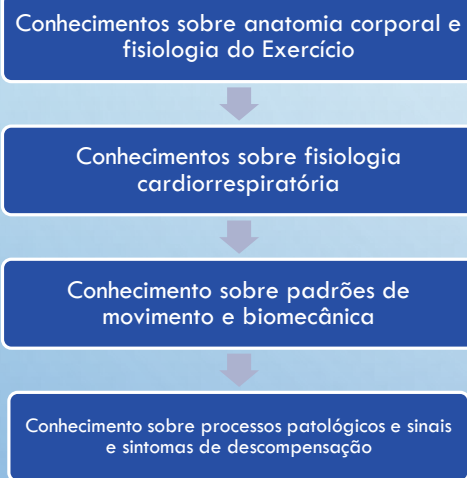
A implementação de programas de exercício físico (EF) pelo Enfermeiro de Reabilitação é atualmente uma problemática bastante questionada, provavelmente pela desconhecimento acerca do referencial de conhecimentos e competências do enfermeiro especialista em reabilitação. O Exercício Físico é a uma subcategoria da Atividade Física, correspondendo a movimentos corporais planeados, estruturados e repetitivos, para manter ou corrigir mais atributos físicos, num determinado período de tempo. É uma intervenção com critérios bem definidos, nomeadamente a Frequência de treinos, Intensidade, Tipologia e Duração (FITT), (ACSM, 2016).

## PROBLEMA:

Será o EF, em populações com necessidades especiais, uma intervenção passível de ser implementada pelo Enfermeiro de Reabilitação?  
 Têm os Enfermeiros de Reabilitação competências para a implementação do EF em populações com necessidades especiais?

## METODOLOGIA

### REQUISITOS PARA A PRESCRIÇÃO DE EF



Regulamento de competências do Enfermeiro Especialista em Enfermagem de Reabilitação – OE:Regulamento 125 /2011

Regulamento dos padrões de qualidade dos cuidados especializados em enfermagem de reabilitação: Regulamento 350/2015

Planos de formação académica e Matriz de análise dos planos de estudos dos CPLEER/Mestrado

Literatura e publicações científicas (artigos, trabalhos de âmbito académico, estudos de caso) relativas ao tema

## CONCLUSÃO:

Da análise dos documentos enformadores e reguladores da prática especializada, verifica-se que os Enfermeiros de Reabilitação detêm conhecimentos teóricos e práticos que lhes permitem desenvolver a competência na área da prescrição de exercício físico em populações com necessidades especiais. Esta prescrição pode ser incluída nos planos de Enfermagem de Reabilitação como recurso terapêutico e/ou profilático em populações passíveis de instabilidade clínica ou necessidade de vigilância e cuidados durante a prática do EF.

## Bibliografia:

- ACSM. Guidelines for Exercise Testing and Prescription. In: Agiovaslitis S, Baruth M, Baynard T, Beck, Darren T, Browner CA, eds. Tenth Edition ed2016.
- OE. Regulamento de competências do Enfermeiro Especialista em Enfermagem de Reabilitação, ed 2011.
- OE. Regulamento dos padrões de qualidade dos cuidados especializados em enfermagem de reabilitação, ed 2015
- Normandin E, Nigam A, Meyer P, et al. Acute responses to intermittent and continuous exercise in heart failure patients. *Can J Cardiol.* 2013;29(4):466-471.