

# Programa Avançado

## Cuidados de Enfermagem na Prática Esportiva

Reconhecido pela NBA



**tech** universidade  
tecnológica





**tech** universidade  
tecnológica

## Programa Avançado Cuidados de Enfermagem na Prática Esportiva

- » Modalidade: online
- » Duração: 6 meses
- » Certificado: TECH Universidade Tecnológica
- » Horário: no seu próprio ritmo
- » Provas: online

Acesso ao site: [www.techtute.com/br/enfermagem/programa-avancado/programa-avancado-cuidados-enfermagem-pratica-esportiva](http://www.techtute.com/br/enfermagem/programa-avancado/programa-avancado-cuidados-enfermagem-pratica-esportiva)

# Índice

01

Apresentação

---

*pág. 4*

02

Objetivos

---

*pág. 8*

03

Estrutura e conteúdo

---

*pág. 12*

04

Metodologia

---

*pág. 16*

05

Certificado

---

*pág. 24*

01

# Apresentação

Cada vez mais esportistas procuram atividades preventivas e de promoção da saúde, exames diagnósticos ou planejamento de treinamento, todos eles realizados pela equipe de enfermagem. No campo da atividade física, a enfermagem esportiva está desempenhando um papel cada vez mais importante. Este programa 100% online oferece à equipe de enfermagem um estudo aprofundado dos mecanismos de mudança e adaptação dos diferentes sistemas do corpo ao esporte e sua aplicação na prática dos cuidados de enfermagem necessários para garantir que eles sejam realizados de forma consciente em relação à saúde. Além disso, o programa também analisará em profundidade as novas descobertas sobre nutrição e estado nutricional como um fator essencial no esporte, bem como o fenômeno do doping e dos distúrbios alimentares.



“

*Graças a este Programa Avançado, você estará atualizado com os mais recentes avanços nos estudos sobre carboidratos, gorduras, proteínas e exercícios físicos”*

Os enfermeiros desempenham um papel fundamental no atendimento ao esportista, desde o ponto de vista da prevenção de lesões até intervenções para patologias da atividade física. Este Programa Avançado foi criado para oferecer ao profissional de enfermagem uma atualização sobre os procedimentos de intervenção para esportistas, tanto de alto desempenho quanto amadores.

A qualidade do atendimento aos atletas é condicionada pela atualização do conhecimento dos profissionais que cuidam deles. Portanto, o profissional estudará em profundidade os conhecimentos relacionados à especificidade desse campo, como nutrição esportiva, legislação de enfermagem esportiva, prescrição e promoção da atividade física no esporte e problemas de saúde na disciplina. Tudo isso sem deixar de acompanhar de perto os novos avanços da profissão.

Ao longo de 6 meses, a equipe de enfermagem obterá uma compreensão profunda do campo de aplicação da assistência de enfermagem na prática esportiva, entendendo as vantagens competitivas que ela oferece, posicionando-se assim na vanguarda do setor médico. Além disso, possui a melhor metodologia de estudo 100% online, o que elimina a necessidade de assistir pessoalmente às aulas e de seguir um horário pré-determinado.

Este **Programa Avançado de Cuidados de Enfermagem na Prática Esportiva** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado. Suas principais características são:

- ♦ O desenvolvimento de casos práticos apresentados por especialistas em Enfermagem Esportiva
- ♦ O conteúdo gráfico, esquemático e extremamente útil fornece informações científicas e práticas sobre aquelas disciplinas indispensáveis para o exercício da profissão
- ♦ Exercícios práticos em que o processo de autoavaliação é realizado para melhorar a aprendizagem
- ♦ Destaque especial para as metodologias inovadoras
- ♦ Aulas teóricas, perguntas a especialistas, fóruns de discussão sobre temas controversos e trabalhos de reflexão individual
- ♦ Disponibilidade de acesso a todo o conteúdo a partir de qualquer dispositivo, fixo ou portátil, com conexão à Internet



*A TECH reúne um conteúdo atualizado para fazer deste Programa Avançado um processo altamente eficaz de aprofundamento"*

“

*Aprofunde seus conhecimentos sobre o papel do enfermeiro no treinamento cardiovascular, de resistência, força, mobilidade, flexibilidade e velocidade”*

O corpo docente do programa conta com profissionais do setor, que transferem toda a experiência adquirida ao longo de suas carreiras para esta capacitação, além de especialistas reconhecidos de instituições de referência e universidades de prestígio.

O conteúdo multimídia, desenvolvido com a mais recente tecnologia educacional, permitirá ao profissional uma aprendizagem contextualizada, ou seja, realizada através de um ambiente simulado, proporcionando uma capacitação imersiva e programada para praticar diante de situações reais.

A estrutura deste programa se concentra na Aprendizagem Baseada em Problemas, na qual o profissional deverá tentar resolver as diferentes situações de prática profissional que surgirem ao longo do curso. Para isso, contará com a ajuda de um inovador sistema de vídeo interativo realizado por especialistas reconhecidos nesta área.

*Mantenha-se atualizado sobre as intervenções de enfermagem na nutrição pré, durante e pós-exercício.*

*Aprofunde seus conhecimentos sobre a incidência de doenças cardíacas e hipertensão arterial na atividade física e no esporte.*



02

# Objetivos

O principal objetivo deste curso é oferecer a visão e as habilidades necessárias para transformar a área de assistência de enfermagem em uma ferramenta inestimável para o desenvolvimento do bem-estar integral do ser humano na prática do esporte. Além de seu potencial em termos físicos, este programa também trabalhará com a legislação esportiva para atletas e enfermeiros.







“

*Amplie suas competências no uso e no estudo da biomecânica em ambientes esportivos de alto desempenho através deste Programa Avançado”*



## Objetivos gerais

---

- ♦ Revisar os principais fundamentos da nutrição esportiva e a anatomofisiologia da atividade física
- ♦ Estudar a legislação atual sobre atividade esportiva e enfermagem
- ♦ Atualizar a abordagem das principais patologias esportivas
- ♦ Estudar a psicologia esportiva e avaliação do atleta em diferentes momentos da temporada
- ♦ Intensificar o uso e o estudo da biomecânica em ambientes esportivos de alto desempenho
- ♦ Desenvolver o conceito de nutrição esportiva em contextos esportivos de alto desempenho

“

*Atualize-se sobre o papel do enfermeiro nos testes de doping e antidoping para manter sua reputação como enfermeiro esportivo”*





## Objetivos específicos

---

### Módulo 1. Nutrição esportiva;

- ♦ Desenvolver o papel da enfermeiro na avaliação do gasto energético e na nutrição esportiva
- ♦ Conhecer os mais recentes avanços nos estudos sobre hidratos de carbono, gorduras, proteínas e exercício físico
- ♦ Estudar o papel do enfermeiro no *Doping* e controles *Antidoping*
- ♦ Ampliar a importância da nutrição na recuperação de lesões esportivas

### Módulo 2. Enfermagem, saúde e esportes

- ♦ Estudar a legislação atual em torno da principal atividade esportiva
- ♦ Diferenciar a estrutura legal e o papel do profissional de enfermagem nos esportes de alta intensidade
- ♦ Ter um amplo conhecimento da legislação esportiva que abrange atletas e enfermeiros
- ♦ Conhecer a gestão de um sistema de Enfermagem Esportiva através de uma estrutura legal

### Módulo 3. Prescrição e promoção da atividade física esportiva

- ♦ Analisar os benefícios e riscos da atividade física no esporte
- ♦ Desenvolver a intervenção de enfermagem em testes de condicionamento físico em um programa de exercícios físicos
- ♦ Conhecer o papel do enfermeiro no treinamento cardiovascular, de resistência, força, mobilidade, flexibilidade e velocidade
- ♦ Estudar a atividade física no esporte para populações especiais

### Módulo 4. Problemas de saúde no esporte

- ♦ Estudar a intervenção do enfermeiro em questões como diabetes, obesidade e asma no exercício
- ♦ Desenvolver conhecimentos de higiene postural e patologia médica e cirúrgica no esporte
- ♦ Conhecer a intervenção de enfermagem em patologias dermatológicas, oftalmológicas e otorrinolaringológicas no esporte
- ♦ Estudar a incidência de doenças cardíacas e hipertensão arterial na atividade física e no esporte

03

# Estrutura e conteúdo

A estrutura do conteúdo do Programa Avançado foi elaborada pelos melhores profissionais do setor de Enfermagem Esportiva, com ampla experiência e reconhecido prestígio na profissão, respaldada pelo volume de casos revisados, estudados e diagnosticados, e com vasto conhecimento das novas tecnologias aplicadas à prática esportiva do ponto de vista da assistência de enfermagem.





“

*Esta capacitação lhe proporcionará conhecimentos atualizados para ajudar seus pacientes a ter uma dieta melhor e, portanto, um treinamento melhor”*

### Módulo 1. Nutrição esportiva;

- 1.1. Avaliação do gasto energético. Antropometria e composição corporal. Intervenções de enfermagem
- 1.2. Hidratos de carbono e exercício físico
- 1.3. Gorduras e exercício físico
- 1.4. Proteínas e exercício físico
- 1.5. Suplementos vitamínicos e minerais no exercício físico
- 1.6. Nutrição pré, durante e pós-exercício. Intervenções de enfermagem
- 1.7. Substituição de fluidos e eletrólitos após AFD. Intervenções de enfermagem
- 1.8. *Doping* e ajudas ergogênicas. Controle de *doping*: metodologia de coleta de amostras. Intervenções de enfermagem
- 1.9. Transtornos alimentares AFD. Intervenções de enfermagem
- 1.10. Nutrição na recuperação de lesões esportivas

### Módulo 2. Enfermagem, saúde e esportes

- 2.1. Ciclismo
- 2.2. Esportes coletivos
- 2.3. Esportes de raquete
- 2.4. Natação e atletismo
- 2.5. Esqui
- 2.6. Esportes de combate
- 2.7. Remo e canoagem
- 2.8. Efeitos do exercício sobre a saúde
- 2.9. Atividade física e exercício para uma melhor saúde
- 2.10. Classificação e critérios de seleção para exercícios e movimentos





### Módulo 3. Prescrição e promoção da atividade física esportiva

- 3.1. Princípios e planejamento do treinamento
- 3.2. Riscos e benefícios da AFD
- 3.3. Teste de condicionamento físico para inclusão em um programa de exercícios físicos Intervenções de enfermagem
- 3.4. Treinamento cardiovascular. Intervenções de enfermagem
- 3.5. Treinamento de resistência. Intervenções de enfermagem
- 3.6. Treinamento de força. Intervenções de enfermagem
- 3.7. Treinamento de mobilidade, flexibilidade e coordenação. Intervenções de enfermagem
- 3.8. AFD em populações especiais. Intervenções de enfermagem
- 3.9. Treinamento da flexibilidade
- 3.10. Treinamento de velocidade e agilidade

### Módulo 4. Problemas de saúde no esporte

- 4.1. Hipertensão arterial, hiperlipemia e exercício
- 4.2. Diabetes e exercício
- 4.3. Obesidade, controle de peso e exercício
- 4.4. Doenças cardíacas e exercício. Reabilitação cardiovascular
- 4.5. Asma, exercício físico e esporte
- 4.6. OCFA e exercício físico. Reabilitação em pacientes respiratórios
- 4.7. Exercício em doenças hematológicas e infecciosas
- 4.8. Osteoartrose, osteoporose relacionadas ao exercício e ao esporte
- 4.9. Dor lombar e exercício. Higiene postural. Intervenções de enfermagem
- 4.10. Patologias dermatológicas, oftalmológicas e otorrinolaringológicas no esporte
- 4.11. Intervenções de enfermagem em patologia médico-cirúrgica no esporte
- 4.12. Higiene pessoal no esporte. Intervenções de enfermagem

# 05

# Metodologia

Este curso oferece uma maneira diferente de aprender. Nossa metodologia é desenvolvida através de um modo de aprendizagem cíclico: o **Relearning**. Este sistema de ensino é utilizado, por exemplo, nas faculdades de medicina mais prestigiadas do mundo e foi considerado um dos mais eficazes pelas principais publicações científicas, como o **New England Journal of Medicine**.







“

*Descubra o Relearning, um sistema que abandona a aprendizagem linear convencional para realizá-la através de sistemas de ensino cíclicos: uma forma de aprendizagem que se mostrou extremamente eficaz, especialmente em disciplinas que requerem memorização”*

## Na TECH Nursing School usamos o Método de Estudo de Caso

Em uma situação concreta, o que um profissional deveria fazer? Ao longo deste programa, os alunos irão se deparar com diversos casos clínicos simulados, baseados em pacientes reais, onde deverão investigar, estabelecer hipóteses e finalmente resolver as situações. Há inúmeras evidências científicas sobre a eficácia deste método. Os enfermeiros aprendem melhor, mais rápido e de forma mais sustentável ao longo do tempo.

*Com a TECH os enfermeiros experimentam uma maneira de aprender que está revolucionando as bases das universidades tradicionais em todo o mundo.*



Segundo o Dr. Gérvas, o caso clínico é a apresentação comentada de um paciente, ou grupo de pacientes, que se torna um "caso", um exemplo ou modelo que ilustra algum componente clínico peculiar, seja pelo seu poder de ensino ou pela sua singularidade ou raridade. É essencial que o caso estudado seja fundamentado na vida profissional atual, recriando as condições reais na prática da enfermagem profissional.

“

*Você sabia que este método foi desenvolvido em 1912, em Harvard, para os alunos de Direito? O método do caso consistia em apresentar situações reais e complexas para que os alunos tomassem decisões e justificassem como resolvê-las. Em 1924 foi estabelecido como o método de ensino padrão em Harvard”*

A eficácia do método é justificada por quatro conquistas fundamentais:

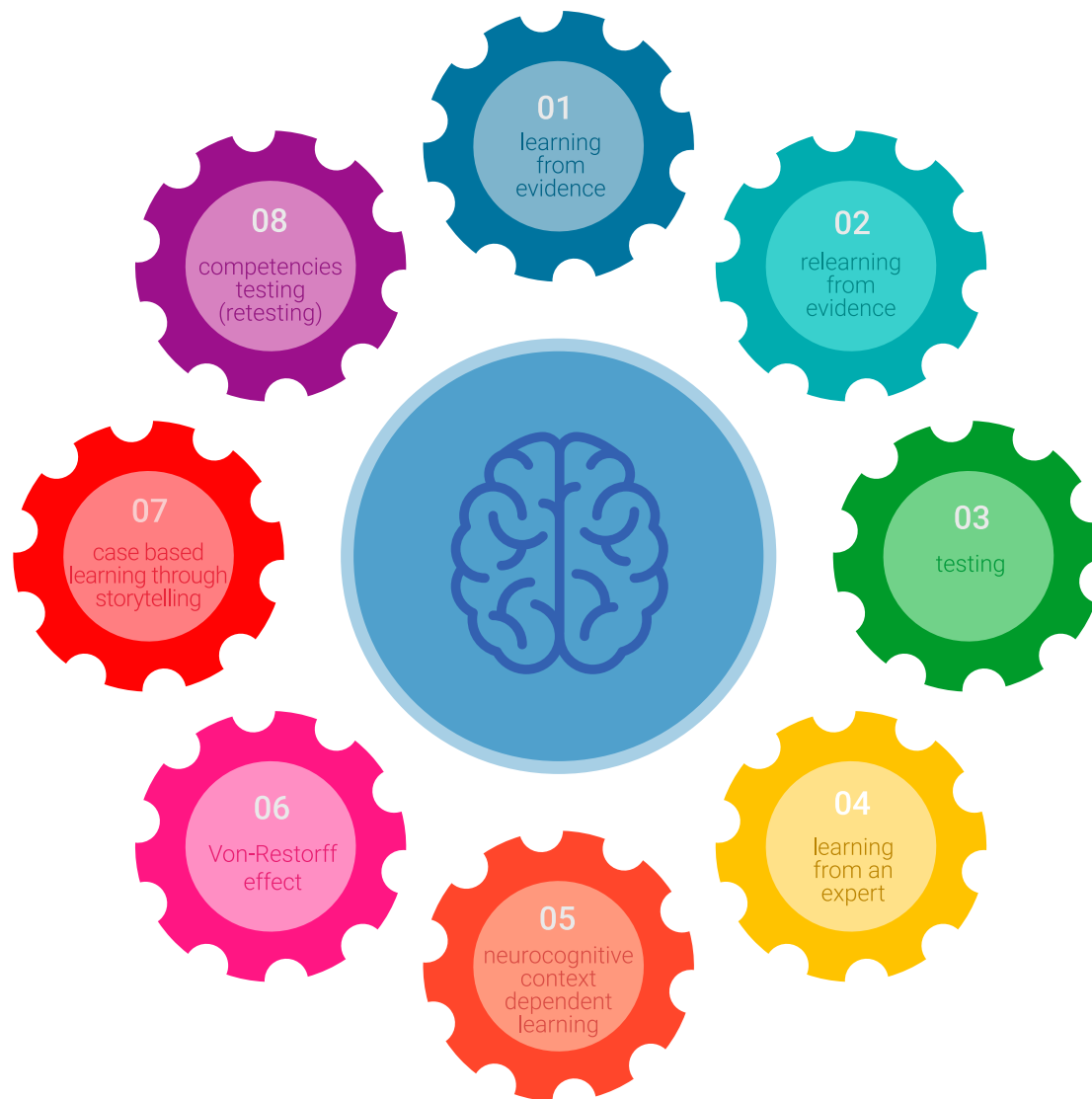
1. Os enfermeiros que seguem este método não só assimilam os conceitos, mas também desenvolvem a capacidade mental através de exercícios que avaliam situações reais e a aplicação do conhecimento.
2. A aprendizagem se consolida através das habilidades práticas, permitindo que o profissional de enfermagem integre melhor o conhecimento no ambiente hospitalar ou no atendimento primário.
3. A assimilação de ideias e conceitos se torna mais fácil e mais eficiente, graças ao uso de situações decorrentes da realidade.
4. A sensação de eficiência do esforço investido se torna um estímulo muito importante para os alunos, o que se traduz em um maior interesse pela aprendizagem e um aumento no tempo dedicado ao curso.



## Metodologia Relearning

A TECH utiliza de maneira eficaz a metodologia do estudo de caso com um sistema de aprendizagem 100% online, baseado na repetição, combinando 8 elementos didáticos diferentes em cada aula.

Potencializamos o Estudo de Caso com o melhor método de ensino 100% online: o Relearning.



*O enfermeiro aprenderá através de casos reais e da resolução de situações complexas em ambientes simulados de aprendizagem. Estes simulados são realizados através de softwares de última geração para facilitar a aprendizagem imersiva.*

Na vanguarda da pedagogia mundial, o método Relearning conseguiu melhorar os níveis de satisfação geral dos profissionais que concluíram seus estudos, com relação aos indicadores de qualidade da melhor universidade online do mundo (Universidade de Columbia).

Essa metodologia já capacitou mais de 175 mil enfermeiros com sucesso sem precedentes em todas as especialidades, independente da carga prática. Nossa metodologia de ensino é desenvolvida em um ambiente altamente exigente, com um corpo discente com um perfil socioeconômico médio-alto e uma média de idade de 43,5 anos.

*O Relearning permitirá uma aprendizagem com menos esforço e mais desempenho, fazendo com que você se envolva mais em sua especialização, desenvolvendo o espírito crítico e sua capacidade de defender argumentos e contrastar opiniões: uma equação de sucesso.*

No nosso programa, a aprendizagem não é um processo linear, ela acontece em espiral (aprender, desaprender, esquecer e reaprender). Portanto, combinamos cada um desses elementos de forma concêntrica.

A nota geral do sistema de aprendizagem da TECH é de 8,01, de acordo com os mais altos padrões internacionais.



Neste programa, oferecemos o melhor material educacional, preparado especialmente para os profissionais:



#### Material de estudo

Todo o conteúdo didático foi desenvolvido especialmente para o programa pelos especialistas que irão ministrá-lo, o que permite que o desenvolvimento didático seja realmente específico e concreto.

Esse conteúdo é adaptado ao formato audiovisual, para criar o método de trabalho online da TECH. Tudo isso com as técnicas mais inovadoras e oferecendo alta qualidade em cada um dos materiais que colocamos à disposição do aluno.



#### Técnicas e procedimentos de enfermagem em vídeo

A TECH aproxima o aluno das técnicas mais recentes, dos últimos avanços educacionais e da vanguarda das técnicas de enfermagem atuais. Tudo isso com o máximo rigor, explicado e detalhado para contribuir para a assimilação e compreensão do aluno. E o melhor de tudo, você pode vê-los quantas vezes quiser.



#### Resumos interativos

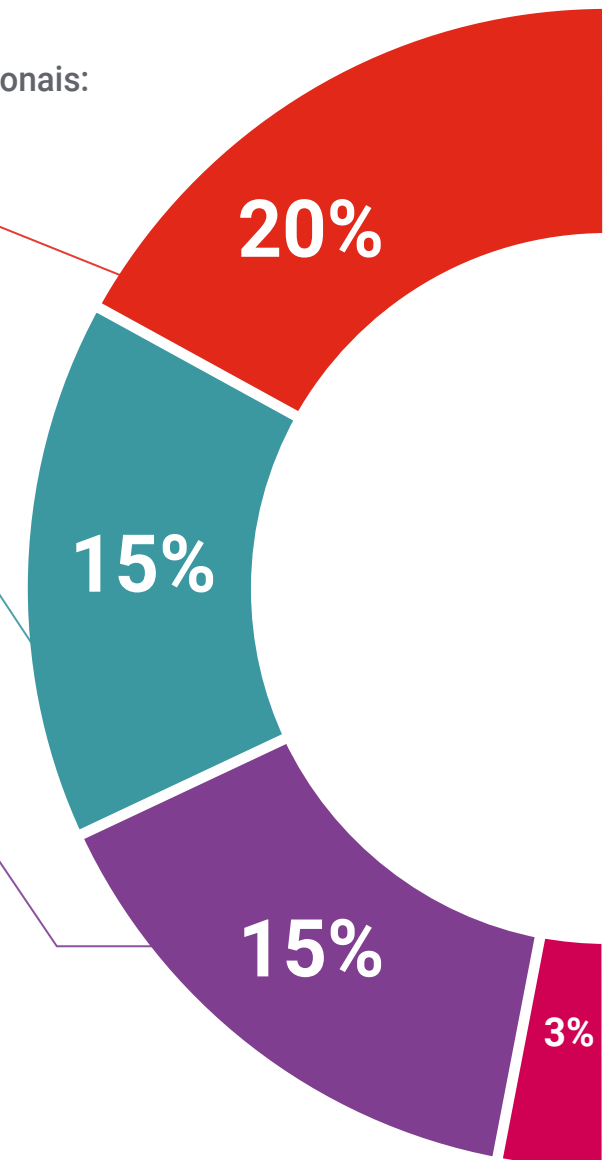
A equipe da TECH apresenta o conteúdo de forma atraente e dinâmica através de pílulas multimídia que incluem áudios, vídeos, imagens, gráficos e mapas conceituais para consolidar o conhecimento.

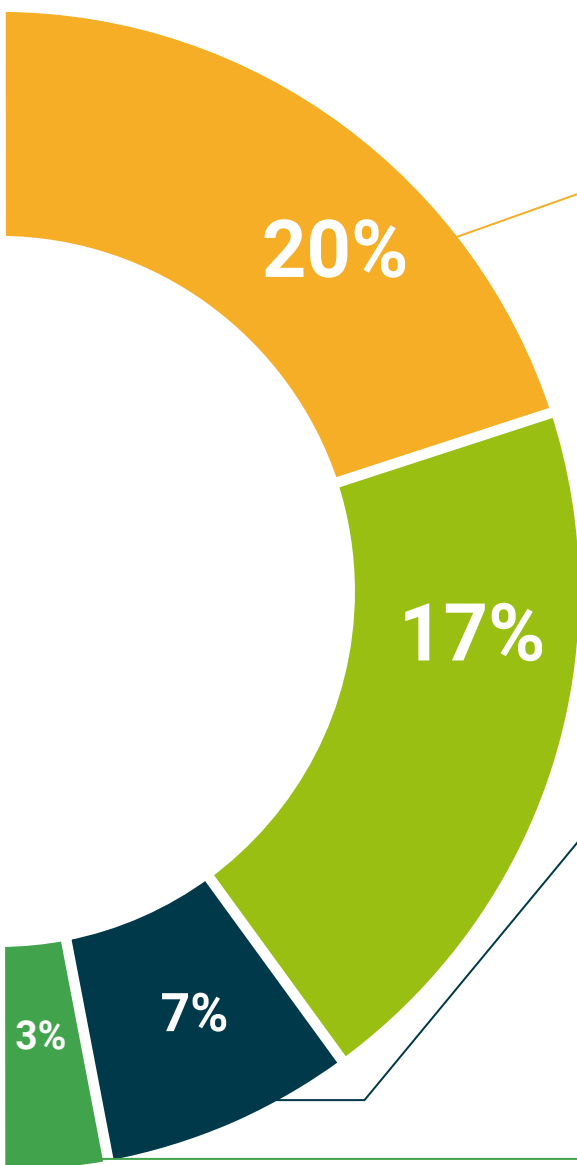
Este sistema exclusivo de capacitação por meio da apresentação de conteúdo multimídia foi premiado pela Microsoft como "Caso de sucesso na Europa".



#### Leituras complementares

Artigos recentes, documentos de consenso e diretrizes internacionais, entre outros. Na biblioteca virtual da TECH o aluno terá acesso a tudo o que for necessário para complementar a sua capacitação.





#### Estudos de casos elaborados e orientados por especialistas

A aprendizagem efetiva deve ser necessariamente contextual. Portanto, na TECH apresentaremos casos reais em que o especialista guiará o aluno através do desenvolvimento da atenção e da resolução de diferentes situações: uma forma clara e direta de alcançar o mais alto grau de compreensão.



#### Testing & Retesting

Avaliamos e reavaliamos periodicamente seus conhecimentos ao longo do programa através de atividades e exercícios de avaliação e autoavaliação, para que você possa comprovar que está alcançando seus objetivos.



#### Masterclasses

Há evidências científicas sobre a utilidade da observação de terceiros especialistas. O "Learning from an expert" fortalece o conhecimento e a memória, além de gerar segurança para a tomada de decisões difíceis no futuro.



#### Guias rápidos de ação

A TECH oferece o conteúdo mais relevante do curso em formato de fichas de trabalho ou guias rápidos de ação. Uma forma sintetizada, prática e eficaz de ajudar os alunos a progredirem na aprendizagem.



05

# Certificado

O Programa Avançado de Cuidados de Enfermagem na Prática Esportiva garante, além da capacitação mais rigorosa e atualizada, o acesso a um título de Programa Avançado emitido pela TECH Universidade Tecnológica.





“

*Conclua este programa de estudos com sucesso e receba o seu certificado sem sair de casa e sem burocracias”*

Este **Programa Avançado de Cuidados de Enfermagem na Prática Esportiva** conta com o conteúdo mais completo e atualizado do mercado.

Uma vez aprovadas as avaliações, o aluno receberá por correio o certificado\* do **Programa Avançado** emitido pela **TECH Universidade Tecnológica**.

O certificado emitido pela **TECH Universidade Tecnológica** expressará a qualificação obtida no Programa Avançado de Cuidados de Enfermagem na Prática Esportiva, atendendo aos requisitos normalmente exigidos pelas bolsas de empregos, concursos públicos e avaliação de carreira profissional.

Título: **Programa Avançado de Cuidados de Enfermagem na Prática Esportiva**

Modalidade: **online**

Duração: **6 meses**

**Reconhecido pela NBA**



\*Apostila de Haia: Caso o aluno solicite que seu certificado seja apostilado, a TECH EDUCATION providenciará a obtenção do mesmo a um custo adicional.

futuro  
saúde confiança pessoas  
informação orientadores  
educação certificação ensino  
garantia aprendizagem  
instituições tecnologia  
comunidade comunidade  
atenção personalizada  
conhecimento conhecimento  
presente presente  
desenvolvimento desenvolvimento

**tech** universidade  
tecnológica

**Programa Avançado**  
Cuidados de Enfermagem  
na Prática Esportiva

- » Modalidade: online
- » Duração: 6 meses
- » Certificado: TECH Universidade Tecnológica
- » Horário: no seu próprio ritmo
- » Provas: online

# Programa Avançado

## Cuidados de Enfermagem na Prática Esportiva

Reconhecido pela NBA

