

# Curso de Especialização

## Dor e Envelhecimento em Fisioterapia





## Curso de Especialização Dor e Envelhecimento em Fisioterapia

- » Modalidade: **Online**
- » Duração: **6 meses**
- » Certificação: **TECH Universidade Tecnológica**
- » Créditos: **21 ECTS**
- » Horário: **ao seu próprio ritmo**
- » Exames: **online**

Acesso ao site: [www.techtute.com/pt/fisioterapia/curso-especializacao/curso-especializacao-dor-envelhecimento-fisioterapia](http://www.techtute.com/pt/fisioterapia/curso-especializacao/curso-especializacao-dor-envelhecimento-fisioterapia)

# Índice

01

Apresentação

---

*pág. 4*

02

Objetivos

---

*pág. 8*

03

Direção do curso

---

*pág. 12*

04

Estrutura e conteúdo

---

*pág. 22*

05

Metodologia

---

*pág. 28*

06

Certificação

---

*pág. 36*

01

# Apresentação

Na abordagem da geriatria a partir da fisioterapia, os avanços registados nos últimos tempos em termos de tratamento da dor tiveram um impacto muito interessante na prática dos profissionais desta área. Este curso de especialização irá possibilitar a aquisição de novas abordagens que lhe permitirão oferecer um apoio de excelência aos seus pacientes geriátricos com dor a partir da intervenção mais atualizada e eficaz.



“

*Um curso abrangente sobre os avanços mais importantes no apoio e cuidados prestados aos pacientes com dor a partir das técnicas de trabalho da fisioterapia na área geriátrica”*

Uma das prioridades dos fisioterapeutas que trabalham com todos os tipos de pacientes, mas especialmente com os pacientes geriátricos, que são mais sensíveis em todas as intervenções, é conseguir um controlo da dor que permita aos doentes encontrar o bem-estar de que necessitam.

Para tal, o profissional deverá avaliar e explorar a resistência e as reservas fisiológicas do paciente, a fim de estabelecer o quadro de ação adequado, quer seja um serviço ao domicílio, um serviço residencial, um centro de dia, um centro social ou uma clínica privada.

Este trabalho deve incluir tratamentos de pré-fragilidade, fragilidade, dor, dores, quer traumatológicas, quer neurológicas, perturbações respiratórias e/ou do pavimento pélvico, que podem conduzir a síndromes gerontológicas ou perturbações cognitivas, efeitos secundários de medicamentos e/ou condições biopsicossociais que possam complicar o quadro clínico.

Por conseguinte, é essencial conhecer as ferramentas da fisioterapia e a adequação da sua aplicação em cada caso, como o exercício ativo, a terapia manual e a eletroterapia. Ser capaz de trabalhar numa equipa interdisciplinar, com ferramentas de comunicação apropriadas, compreender o conceito de cuidados centrados na pessoa, ter o conhecimento mais atualizado dos dispositivos de apoio e mesmo o apoio da tecnologia atual, podem ser as chaves para o sucesso no tratamento de fisioterapia.

Este **Curso de Especialização em Dor e Envelhecimento em Fisioterapia** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado. As suas principais características são:

- ♦ A mais recente tecnologia em software de ensino online
- ♦ Sistema de ensino intensamente visual, apoiado por conteúdos gráficos e esquemáticos fáceis de assimilar e compreender
- ♦ Desenvolvimento de estudos de caso apresentados por especialistas no ativo
- ♦ Sistemas de vídeo interativos de última geração
- ♦ Ensino apoiado por teleprática
- ♦ Sistemas de atualização e requalificação contínua
- ♦ Aprendizagem autorregulada: total compatibilidade com outras profissões
- ♦ Exercícios práticos de autoavaliação e verificação da aprendizagem
- ♦ Grupos de apoio e sinergias educativas: perguntas ao perito, fóruns de discussão e conhecimento
- ♦ Comunicação com o professor e trabalhos de reflexão individual
- ♦ Disponibilidade dos conteúdos a partir de qualquer dispositivo fixo ou portátil com uma ligação à Internet
- ♦ Bancos de documentação de apoio permanentemente disponíveis, inclusive após o programa



*Aprenda a tratar, prevenir ou aliviar a dor decorrente do envelhecimento e das suas patologias mais comuns”*

“

*Dê um impulso ao seu crescimento profissional com a conveniência de um Curso de Especialização que se adapta ao seu ritmo e às suas possibilidades reais de estudo”*

O corpo docente do curso inclui profissionais do setor que trazem a sua experiência profissional para esta qualificação, para além de especialistas reconhecidos de sociedades de referência e universidades de prestígio.

Graças ao seu conteúdo multimédia, desenvolvido com a mais recente tecnologia educacional, o profissional terá acesso a uma aprendizagem situada e contextual, ou seja, um ambiente de simulação que proporcionará um programa imersivo programado para se formar em situações reais.

A conceção deste programa centra-se na Aprendizagem Baseada nos Problemas, através da qual o profissional deve tentar resolver as diferentes situações da atividade profissional que surgem ao longo do curso académico. Para tal, contará com a ajuda de um sistema inovador de vídeo interativo desenvolvido por especialistas reconhecidos.

*Um Curso de Especialização dinâmico e eficaz que irá implicar um grande impacto na sua capacidade de trabalho.*

*Utilizando os sistemas audiovisuais mais eficazes, este Curso de Especialização irá permitir-lhe aprender através da observação direta e realista do que aprende.*



# 02

## Objetivos

Este Curso de Especialização compila os conhecimentos mais atualizados sobre a dor e o envelhecimento na fisioterapia em geriatria. O objetivo é gerar conhecimento especializado no aluno, criando uma base bem estruturada para identificar os sinais clínicos associados às diferentes necessidades e desenvolvimentos, proporcionando-lhe uma visão ampla e contextual da atividade neste campo nos dias de hoje.





“

*Abrangente e totalmente atualizado, este Curso de Especialização foi criado para transformar os conhecimentos adquiridos em verdadeiras competências de intervenção”*



## Objetivo geral

---

- O objetivo geral é desenvolver uma atitude crítica e fundamentada, baseada nas mais recentes evidências científicas, em relação ao diagnóstico fisioterapêutico no paciente idoso e poder aplicar um tratamento adequado, a fim de reduzir a impotência funcional, a fragilidade e a deterioração, favorecendo assim uma melhoria da saúde física e mental na terceira idade





## Objetivos específicos

---

### Módulo 1. Raciocínio clínico em fisiogeriatría

- ♦ Explicar o envelhecimento ativo do ponto de vista do paciente
- ♦ Definir os campos de ação da fisioterapia em geriatria
- ♦ Definir o papel da fisioterapia em unidades de cuidados paliativos
- ♦ Definir o uso de novas tecnologias em fisiogeriatría
- ♦ Explicar em que consistem as equipas interdisciplinares em geriatria
- ♦ Definir a composição e o funcionamento da equipa interdisciplinar
- ♦ Explicar as principais funções no seio da equipa interdisciplinar
- ♦ Estabelecer o diagnóstico diferencial Red e yellow flags
- ♦ Descrever as principais síndromes geriátricas
- ♦ Explicar o que está envolvido nas red e yellow flags
- ♦ Definir as red flags mais comuns na prática clínica
- ♦ Explicar a abordagem apropriada à sessão de fisioterapia em geriatria
- ♦ Descrever o exame fisioterapêutico e a avaliação do paciente geriátrico
- ♦ Definir os efeitos de certos medicamentos sobre o sistema neuromúsculo-esquelético

### Módulo 2. Cuidados centrados na pessoa (CCP) Ponto de vista da fisioterapia

- ♦ Explicar o processo de transformação de um modelo de serviço para um modelo de CCP
- ♦ Explicar a prestação de serviços de fisioterapia num modelo de CCP
- ♦ Descrever o decálogo dos cuidados centrados na pessoa

### Módulo 3. Dor e envelhecimento, atualização de acordo com as evidências científicas atuais

- ♦ Explicar a anatomia e fisiologia da transmissão da dor
- ♦ Definir os diferentes tipos de dor
- ♦ Descrever a dor e o envelhecimento a partir de um paradigma biopsicossocial
- ♦ Definição das diferentes síndromes de dor em geriatria
- ♦ Explicar como realizar uma avaliação adequada da dor
- ♦ Explicar o tratamento farmacológico da dor no paciente geriátrico



*Integre as vantagens da fisioterapia com a segurança de um especialista e faça do seu currículo um dos mais competitivos no domínio da fisioterapia”*

03

# Direção do curso

O corpo docente do curso inclui especialistas na área da fisioterapia, que trazem a experiência do seu trabalho para esta qualificação. Além disso, outros especialistas de reconhecido prestígio participam na sua concepção e elaboração, completando o programa de forma interdisciplinar.





“

*Uma seleção de professores especializados em reabilitação em geriatria encarregar-se-á de o levar ao domínio mais atualizado desta área de trabalho”*

## Diretora Convidada Internacional

A Dra. Tracy Friedlander é uma eminente especialista internacional, especializada em **Fisioterapia e Reabilitação** de idosos. Os seus vastos conhecimentos e competências neste domínio permitiram-lhe implementar **procedimentos inovadores** e **melhorar a qualidade de vida** de vários pacientes ao longo dos anos.

Graças ao seu elevado nível de cuidados, a cientista foi selecionada como **Diretora Médica** da **Unidade de Reabilitação de Pacientes Internos Agudos Abrangentes** no **Johns Hopkins Bayview Medical Center**. Também fez parte das equipas médicas do prestigiado **Johns Hopkins Hospital**.

A sua principal área de especialização é a **Reabilitação Neurológica**. Neste domínio, a especialista tem **publicações científicas** referenciadas em revistas com revisão por pares de grande impacto na comunidade da saúde. Tem concentrado os seus esforços em ajudar os pacientes a gerir a **Espasticidade**, uma perturbação do controlo muscular, através de **várias abordagens terapêuticas**.

Além disso, algumas das suas investigações mais importantes dos últimos anos estão relacionadas com a reabilitação de pacientes submetidos a **longos períodos de ventilação mecânica** quando infectados com o **vírus SARS-CoV-2**. Tem também formação completa em **dores articulares, fibromialgia e fadiga crónica**.

A Dra. Friedlander é também **oficialmente certificada** pela Junta Americana de Medicina Física e Reabilitação. Tudo isto é apoiado pelos seus excelentes conhecimentos nos **cuidados precisos e avançados das lesões da espinal medula**. Além disso, esta especialista possui uma excelente formação académica. Licenciou-se na Universidade de Emory, em Atlanta, e obteve o seu **diploma de Medicina** na Universidade de Maryland. Fez também um estágio no **Mercy Medical Center** e completou a sua residência em Medicina Física e Reabilitação no **Sinai Hospital em Baltimore**.



## Dra. Friedlander, Tracy

---

- Diretora de Medicina Física e de Reabilitação no Johns Hopkins Hospital, Baltimore, EUA
- Diretora Médica da Unidade de Reabilitação de Pacientes Internos Agudos Abrangentes no Centro Médico Johns Hopkins Bayview
- Especialista em Neuroreabilitação e Gestão da Espasticidade
- Certificações oficiais da Junta Americana de Medicina Física e Reabilitação
- Especialista em Medicina Física e Reabilitação no Sinai Hospital de Baltimore
- Licenciada em Medicina pela Universidade de Maryland, Baltimore
- Membro de: Academia Americana de Medicina Física e Reabilitação, Associação Americana de Lesões da Medula Espinhal, Sociedade de Medicina Física e Reabilitação de Maryland

“

*Graças à TECH, poderá aprender com os melhores profissionais do mundo”*

## Diretor convidado



### Dr. Juan Ignacio Castillo

- ♦ Chefe do Serviço de Medicina Física e Reabilitação. Hospital 12 de Octubre. Madrid
- ♦ Professor Associado da Universidade Complutense de Madrid. Faculdade de Medicina. 2016
- ♦ Professor Colaborador na Universidade Complutense de Madrid. 2011-2016
- ♦ Coordenador pedagógico em cursos de formação contínua para a Consejería de Sanidad de Comunidad de Madrid: "Prevenção terciária em doentes cardíacos crónicos. Reabilitação Cardíaca"
- ♦ Mestrado em Reabilitação Cardíaca. SEC-UNED
- ♦ Mestrado em Avaliação de Incapacidades. Universidade Autónoma Madrid
- ♦ Mestrado em Incapacidade Infantil. Universidade Complutense de Madrid
- ♦ Curso de Doutoramento: Neurociências Universidade de Salamanca
- ♦ Licenciatura em Medicina e Cirurgia. Universidade de Salamanca
- ♦ Coordenador da formação contínua da Sociedade Espanhola de Cardiologia em Provas de Esforço com Consumo de Oxigénio



## Direção



### **Dra. Irene Garcia Fontalba**

- ♦ Gestora e fisioterapeuta no centro privado de fisioterapia Cal Moure'S, criado com o objetivo de tratar as limitações das capacidades da vida quotidiana devido à dor ou patologias associadas ao envelhecimento.
- ♦ Membro da Secção Territorial de Girona do Colégio de Fisioterapeutas da Catalunha.
- ♦ Criadora do blogue fisios e outras histórias.
- ♦ Estudante de licenciatura em Psicologia.
- ♦ Coordenadora do grupo de redes sociais do grupo de profissionais para a promoção da saúde em Girona (2015-2017).
- ♦ Mais de dez anos de trabalho em patologia geriátrica e processos que envolvem a dor em casa e na prática privada.

## Professores

### Dr. Luis Soto Bagaria

- ♦ Fisioterapeuta e investigador no Parc Sanitari Pere Virgili;
- ♦ Mestrado em Fisioterapia Neuromúsculo-esquelética;
- ♦ Membro da equipa de investigação sobre envelhecimento, fragilidade e transições (Re-Fit BCN);
- ♦ Mais de 10 anos de trabalho na área do envelhecimento

### Dr. Samuel Gil Gracia

- ♦ Fisioterapeuta e Osteopata em prática livre em Béziers (França)
- ♦ Membro da Sociedade Espanhola de Fisioterapia e Dor SEFID
- ♦ Autor do Videoblog "Soy Paciente de Samu", um canal de divulgação sobre fisioterapia para a população;
- ♦ Especialista em dores músculo-esqueléticas

### Dr. Daniel Jimenez Hernández

- ♦ Doutoramento em Educação pela Universidade de Vic
- ♦ Fisioterapeuta
- ♦ Mestrado em Educação Inclusiva
- ♦ Membro do grupo de investigação sobre o apoio à diversidade da UVic
- ♦ Professor na Universidade de Vic
- ♦ Formador de profissionais em CCP
- ♦ Mais de 25 anos de experiência no apoio a pessoas com incapacidade e dependência





**Dr. Roger Gómez Orta**

- ♦ Fisioterapeuta e Técnico Ortopédico
- ♦ Co-fundador da Qvitec S.L.
- ♦ Chefe do Serviço de Clínica de Sentar e Posicionar na Qvitec
- ♦ Especialista e formador em gestão de pacientes para a Handicare em Espanha

**Dr. Joaquín Hernandez Espinosa**

- ♦ Fisioterapeuta. Diretor do centro residencial Hotel residencia Tercera edad Pineda Pós-graduação em fisioterapia respiratória
- ♦ Mais de 20 anos de experiência no campo da fisioterapia em geriatria a nível hospitalar, domiciliário e residencial

**Dr. Alejandro Buldón Olalla**

- ♦ Especialista em fisioterapia na atividade física e desportiva
- ♦ Mestrado em Redes Sociais e Aprendizagem Digital
- ♦ Mais de 12 anos de experiência no cuidado dos idosos em cuidados residenciais e domiciliários
- ♦ Criador do blog [fisioconectados.com](http://fisioconectados.com)
- ♦ Fisioterapeuta no grupo Amavir e apoio domiciliário a idosos

#### **Dra. Delia Díaz Zamudio**

- ♦ Médico Interno Residente em Reabilitação e Medicina Física no Departamento de Reabilitação do Hospital Universitario 12 de Octubre
- ♦ Especialista assistente no Serviço de Reabilitação do Hospital Universitario 12 de Octubre, Madrid
- ♦ Colaborador Honorário do Departamento de Medicina Física e Reabilitação e Hidrologia do Hospital 12 de Octubre, Universidade Complutense de Madrid
- ♦ Licenciatura em Medicina e Cirurgia. Faculdade de Medicina. Universidade de Sevilha
- ♦ FEA de Reabilitação e Medicina Física, Serviço de Reabilitação, Hospital Universitario Denia, Alicante em 2013
- ♦ FEA de Reabilitação e Medicina Física, Serviço de Reabilitação do Hospital Universitario Alto Deba, Mondragón, San Sebastián em 2012

#### **Dr. Joel Cuesta Gascón**

- ♦ Residente de Medicina Física e Reabilitação no Hospital Universitario 12 de Octubre de Madrid
- ♦ Professor no Curso de Especialização em Dor Neuropática no Hospital la Princesa. 2019
- ♦ Organizador e orador na conferência "Vemo-nos no dia 12" "Fundamentos e Fisiologia do Desporto" 2020
- ♦ Orador no "Jornadas postMIR Academia AMIR 2020" sobre a especialidade de Medicina Física e Reabilitação
- ♦ Mestrado em Medicina Clínica Universidade Francisco de Vitoria, Madrid
- ♦ Licenciatura em Medicina pela Universidade Camilo José Cela, Madrid
- ♦ Especialista em ecografia músculo-esquelética

#### **Dra. María Dolores González García**

- ♦ Responsável do Serviço de Reabilitação Neurológica Hospital 12 Octubre, Madrid
- ♦ Especialista de Área no Hospital Doce de Octubre, Madrid
- ♦ Licenciatura em Medicina e Cirurgia pela Universidade de Alcalá. Alcalá de Henares, Madrid
- ♦ Especialista em Medicina Física e Reabilitação
- ♦ Especialização em Medicina Física e Reabilitação como estagiário médico residente (MIR) no Serviço de Reabilitação do Hospital Universitario 12 de Octubre, Madrid, 2002-2006

#### **Dra. Mercedes Pino Giráldez**

- ♦ Médica Assistente de Reabilitação no Hospital Universitario Doce de Octubre em Madrid
- ♦ Especialista em Medicina Física e Reabilitação. Hospital Universitario de Guadalajara
- ♦ Especialista em Incapacidade Infantil pela Universidade Complutense de Madrid
- ♦ Licenciada em Medicina e Cirurgia na Universidade de Alcalá de Henares Madrid
- ♦ MIR Medicina Física e Reabilitação
- ♦ Especialista na área de Medicina de Reabilitação no Hospital Fundación Jiménez Díaz. 2012
- ♦ Médico Assistente de Reabilitação no Hospital Rey Juan Carlos I, Madrid 2013
- ♦ Médico Assistente de Reabilitação no Hospital de Torrejón de Ardoz 2014
- ♦ Médico Assistente de Reabilitação no Hospital Universitario de Guadalajara 2014

**Dra. Sofia García**

- ♦ Médica Especialista em Medicina Física e Reabilitação. Unidade de Reabilitação Infantil. Hospital Universitario 12 de Octubre, Madrid
- ♦ Médica Especialista em Medicina Física e Reabilitação. Hospital Universitario 12 de Octubre, Madrid
- ♦ Médica Especialista em Medicina Física e Reabilitação, Centro de Rehabilitación del Lenguaje (CRL), Madrid
- ♦ Mestrado em Ultra-sonografia Musculo-esquelética e Intervenção Guiada por Ultra-sons. San Pablo Andalusia CEU
- ♦ Licenciatura em Medicina pela Faculdade de Medicina da Universidade de San Pablo CEU, Madrid
- ♦ Unidade de Pavimento Pélvico, Hospital Universitario 12 de Octubre, Madrid
- ♦ Unidade de Paralisia Facial e Neuroreabilitação (H.U. La Paz, Madrid)
- ♦ Reabilitação Cardíaca (Unidade de Reabilitação Cardíaca da HU 12 de Octubre)
- ♦ Reabilitação Respiratória H.G.U. Gregorio Marañón, Madrid
- ♦ Unidade de Neuroreabilitação (12 de Octubre H.U.)
- ♦ Reabilitação em lesões da espinal medula (Hospital Nacional de Paraplégicos, Toledo)

**Dra. Irene Blesa Esteban**

- ♦ Médica Interna Residente: Hospital Universitario 12 de Octubre, Madrid
- ♦ Especialista em ecografia músculo-esquelética
- ♦ Curso de Abordagem da Dor Neuropática para Medicina
- ♦ Curso de avaliação e prescrição de exercícios terapêuticos
- ♦ Curso de Suporte de Vida para Residentes
- ♦ Supervisão de tese de doutoramento: Diagnóstico de cardiopatias congénitas no primeiro trimestre de ecografia

**Dra. Henar Jiménez**

- ♦ Médica Interna Residente: Hospital Universitario 12 de Octubre, Madrid
- ♦ Curso sobre o Uso Seguro de Medicamentos no Serviço de Saúde de Madrid
- ♦ Especialização em Fisioterapia e Reabilitação Desportiva na Universidade Internacional Isabel de Castela

# 04

## Estrutura e conteúdo

Através de um programa completo e específico, passará por todas as áreas de aprendizagem essenciais propostas, adquirindo gradualmente as competências indispensáveis para pôr em prática os conhecimentos necessários. Um esquema de aprendizagem muito bem desenvolvido que lhe permitirá aprender de uma forma contínua, eficiente e ajustada às suas necessidades.



“

*Um programa de ensino estruturado em unidades didáticas de grande impacto, que inclui todos os aspetos que a medicina de reabilitação deve contemplar no tratamento de pacientes com fragilidades*

## Módulo 1. Raciocínio clínico em fisiogeriatría

- 1.1. Passado, presente e futuro da fisioterapia em geriatria
  - 1.1.1. Breve história da fisioterapia
    - 1.1.1.1. Origem da fisioterapia no mundo
    - 1.1.1.2. Origem da fisioterapia em Espanha
    - 1.1.1.3. Conclusões
  - 1.1.2. Situação atual da fisioterapia em geriatria
  - 1.1.3. Futuro da fisioterapia em geriatria
    - 1.1.3.1. Fisioterapia e novas tecnologias
- 1.2. Envelhecimento ativo
  - 1.2.1. Introdução
  - 1.2.2. Conceito de envelhecimento ativo
  - 1.2.3. Classificação
  - 1.2.4. O envelhecimento ativo do ponto de vista do paciente
  - 1.2.5. Papel do fisioterapeuta em programas de envelhecimento ativo
  - 1.2.6. Exemplo de intervenção
- 1.3. Fisioterapia em geriatria e contexto de ação
  - 1.3.1. Introdução e definição
  - 1.3.2. Esferas de ação
    - 1.3.2.1. Centros residenciais
    - 1.3.2.2. Cuidados sociais e de saúde
    - 1.3.2.3. Cuidados primários
    - 1.3.2.4. Fisioterapia em unidades de cuidados paliativos
  - 1.3.3. Áreas de futuro para a fisiogeriatría
    - 1.3.3.1. Novas tecnologias
    - 1.3.3.2. Fisioterapia e Arquitetura
  - 1.3.4. As equipas interdisciplinares em geriatria
    - 1.3.4.1. Equipas multidisciplinares ou interdisciplinares?
    - 1.3.4.2. Composição e funcionamento da equipa interdisciplinar
    - 1.3.4.3. Principais funções no seio da equipa interdisciplinar
- 1.4. Diagnóstico diferencial e sinais e sintomas de alerta: bandeiras vermelhas e amarelas em geriatria. Diagnóstico diferencial. *Red e yellow flags*
  - 1.4.1. Introdução e definição
    - 1.4.1.1. Diagnóstico diferencial
    - 1.4.1.2. Diagnóstico em fisioterapia
    - 1.4.1.3. Síndromes geriátricas
    - 1.4.1.4. *Red e yellow flags*
  - 1.4.2. *Red flags* mais comuns na prática clínica
    - 1.4.2.1. Infecção urinária
    - 1.4.2.2. Patologia oncológica
    - 1.4.2.3. Insuficiência cardíaca
    - 1.4.2.4. Fraturas
- 1.5. Farmacologia, efeitos sobre o sistema neuromúsculo-esquelético
  - 1.5.1. Introdução
    - 1.5.1.1. Medicamentos que influenciam a marcha
  - 1.5.2. Medicamentos e risco de quedas
- 1.6. Abordagem à sessão de fisioterapia em geriatria
  - 1.6.1. Exame e avaliação fisioterapêutica do paciente geriátrico
    - 1.6.1.1. Componentes da avaliação
    - 1.6.1.2. Escalas e testes mais utilizados
  - 1.6.2. Determinação dos objetivos do tratamento
  - 1.6.3. Organização da sessão de tratamento
  - 1.6.4. Organização do trabalho do fisioterapeuta
  - 1.6.5. Acompanhamento do tratamento no paciente idoso



**Módulo 2.** Cuidados centrados na pessoa (CCP) Ponto de vista da fisioterapia

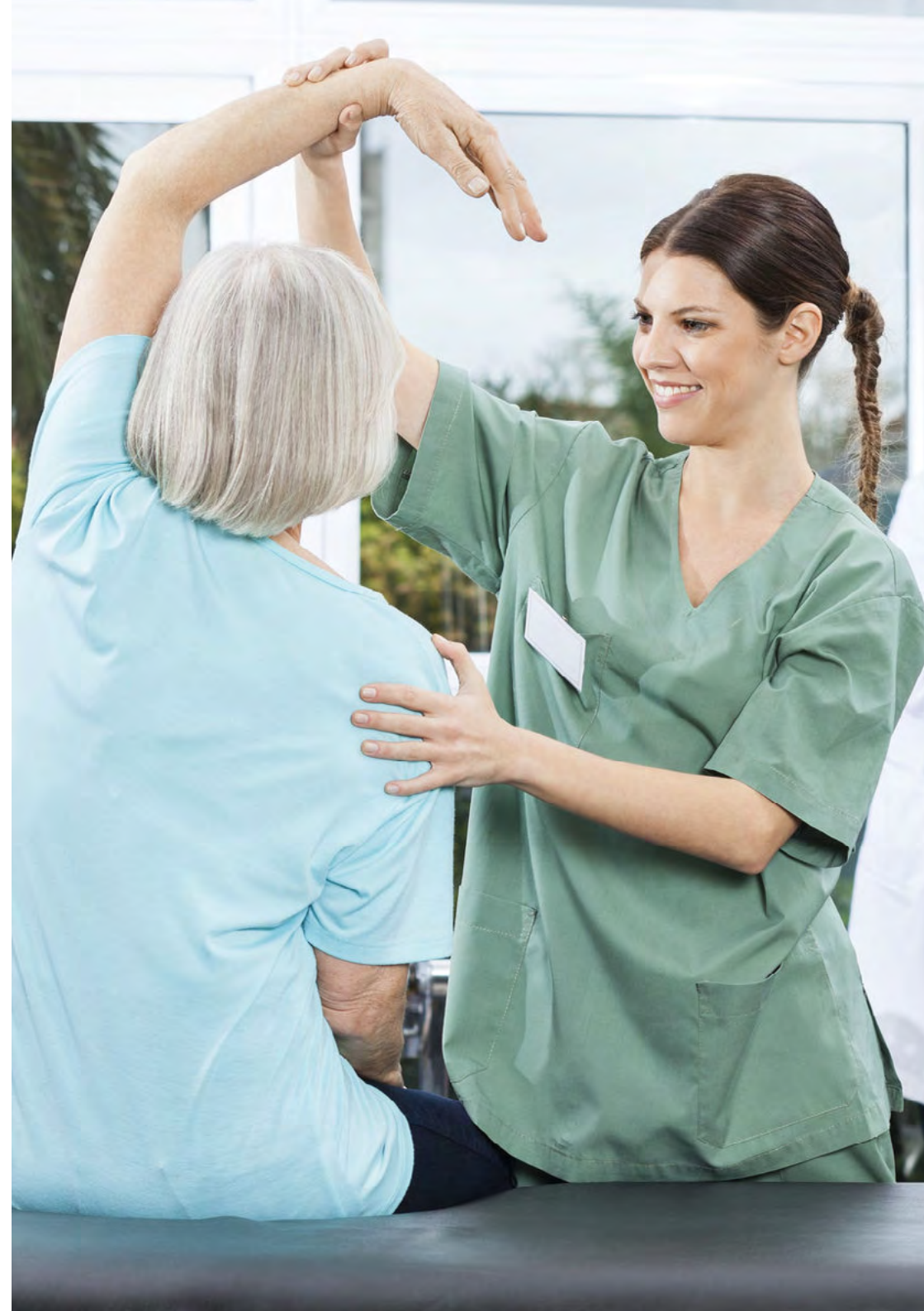
- 2.1. Definição, conceitos e princípios básicos
  - 2.1.1. Decálogo dos cuidados centrados na pessoa
    - 2.1.1.1. O que são e o que não são CCP Os seus princípios
    - 2.1.1.2. Clarificação de conceitos. Glossário de termos
  - 2.1.2. Origem e base conceptual dos CCP
    - 2.1.2.1. Referências da psicologia
    - 2.1.2.2. Referências da intervenção social
    - 2.1.2.3. Referências da qualidade de vida
    - 2.1.2.4. Referências do estudo da deficiência
    - 2.1.2.5. Referências dos direitos civis dos indivíduos
    - 2.1.2.6. Referências dos recursos gerontológicos
    - 2.1.2.7. Referências dos aspetos legais e regulamentares
- 2.2. O modelo de CCP
  - 2.2.1. Paradigma e modelo de intervenção
- 2.3. As boas práticas nos CCP
  - 2.3.1. Definição e conceito de BP
  - 2.3.2. Âmbitos das boas práticas
  - 2.3.3. "Boa práxis", o caminho para as boas práticas
  - 2.3.4. Principais boas práticas
- 2.4. O processo de transformação de um modelo de serviço num modelo de CCP
  - 2.4.1. Como desconstruir uma aprendizagem?
  - 2.4.2. Transformação de serviços
  - 2.4.3. Transformação de pessoas
- 2.5. Prestação de serviços de fisioterapia num modelo de CCP
  - 2.5.1. Fisioterapia centrada na pessoa vs. Fisioterapia individualizada
  - 2.5.2. Epistemologia da fisioterapia centrada na pessoa
- 2.6. Ações



- 2.6.1. Introdução
- 2.6.2. Ações
  - 2.6.2.1. A receção do fisioterapeuta
  - 2.6.2.2. Os processos de apreciação e avaliação
  - 2.6.2.3. A intervenção
  - 2.6.2.4. Inter-relações com os colegas de trabalho
  - 2.6.2.5. Inter-relação com o ambiente físico
  - 2.6.2.6. Inter-relação com a comunidade

### Módulo 3. Dor e envelhecimento, atualização de acordo com as evidências científicas atuais

- 3.1. Anatomia e fisiologia da transmissão da dor
  - 3.1.1. Elementos periféricos
  - 3.1.2. Nociceptores
  - 3.1.3. Despolarização do nociceptor
  - 3.1.4. Sensibilização periférica dos nociceptores
- 3.2. Tipos de dor
  - 3.2.1. Introdução
  - 3.2.2. Temporalidade
    - 3.2.2.1. Dor aguda
    - 3.2.2.2. Dor crónica
- 3.3. Dor e envelhecimento
  - 3.3.1. O envelhecimento
  - 3.3.2. Características do envelhecimento
  - 3.3.3. Prevalência
  - 3.3.4. Alterações fisiológicas do envelhecimento



- 3.3.5. Alterações físicas e neurológicas com impacto na cronificação da dor
  - 3.3.5.1. Diferenças na percepção da dor
  - 3.3.5.2. Aumento da inflamação crónica no envelhecimento
  - 3.3.5.3. Perturbação do ciclo circadiano no envelhecimento
  - 3.3.5.4. Neurodegeneração e implicações para a aprendizagem
  - 3.3.5.5. Depressão dos idosos
  - 3.3.5.6. Sedentarismo e fragilidade nos idosos
  - 3.3.5.7. Dor subreconhecida e subtratada
- 3.4. Síndromes da dor em geriatria
  - 3.4.1. Introdução
  - 3.4.2. Artrose cervical
  - 3.4.3. Neuralgia occipital
  - 3.4.4. Tonturas cervicogénicas
  - 3.4.5. Fratura vertebral devido a osteoporose
  - 3.4.6. Artrose lombar e síndrome facetária
  - 3.4.7. Estenose do canal central na coluna lombar
  - 3.4.8. Artrose da anca
  - 3.4.9. Rutura do manguito rotador do ombro
  - 3.4.10. Artrose do joelho
- 3.5. Avaliação da dor
- 3.6. Tratamento farmacológico da dor no paciente geriátrico
  - 3.6.1. Medicação para a dor
  - 3.6.2. Aines
  - 3.6.3. Coxibs
  - 3.6.4. Paracetamol
  - 3.6.5. Metamizol
  - 3.6.6. Medicamentos opióides
  - 3.6.7. Fitoterapia
  - 3.6.8. Medicamentos coadjuvantes
- 3.7. Tratamento fisioterapêutico do paciente geriátrico



*“Aprenderá de tal forma que o que aprender é fixo e transformado em conhecimento, através de um estudo estruturado que abrangerá todos os pontos de interesse de que necessita para atualizar a sua intervenção na reabilitação em geriatria”*

05

# Metodologia

Este programa de capacitação oferece uma forma diferente de aprendizagem. A nossa metodologia é desenvolvida através de um modo de aprendizagem cíclico: **o Relearning**. Este sistema de ensino é utilizado, por exemplo, nas escolas médicas mais prestigiadas do mundo e tem sido considerado um dos mais eficazes pelas principais publicações, tais como a ***New England Journal of Medicine***.





“

*Descubra o Relearning, um sistema que abandona a aprendizagem linear convencional para o levar através de sistemas de ensino cíclicos: uma forma de aprendizagem que provou ser extremamente eficaz, especialmente em disciplinas que requerem memorização”*

## Na TECH utilizamos o Método de Caso

Numa dada situação, o que deve fazer um profissional? Ao longo do programa, os estudantes serão confrontados com múltiplos casos clínicos simulados com base em pacientes reais nos quais terão de investigar, estabelecer hipóteses e finalmente resolver a situação. Há abundantes provas científicas sobre a eficácia do método. Os fisioterapeutas/cinesiologistas aprendem melhor, mais depressa e de forma mais sustentável ao longo do tempo.

*Com a TECH pode experimentar uma forma de aprendizagem que abala as fundações das universidades tradicionais de todo o mundo.*



Segundo o Dr. Gérvas, o caso clínico é a apresentação anotada de um paciente, ou grupo de pacientes, que se torna um "caso", um exemplo ou modelo que ilustra alguma componente clínica peculiar, quer pelo seu poder de ensino, quer pela sua singularidade ou raridade. É essencial que o caso se baseie na vida profissional atual, tentando recriar as condições reais na prática profissional de enfermagem.

“

*Sabia que este método foi desenvolvido em 1912 em Harvard para estudantes de direito? O método do caso consistia em apresentar situações reais complexas para que tomassem decisões e justificassem a forma de as resolver. Em 1924 foi estabelecido como um método de ensino padrão em Harvard”*

A eficácia do método é justificada por quatro realizações fundamentais:

- 1 Fisioterapeutas/cinesiólogistas que seguem este método não só conseguem a assimilação de conceitos, como também desenvolvem a sua capacidade mental através de exercícios para avaliar situações reais e aplicar os seus conhecimentos.
- 2 A aprendizagem é solidamente traduzida em competências práticas que permitem ao fisioterapeuta/cinesiólogista integrar-se melhor no mundo real.
- 3 A assimilação de ideias e conceitos é facilitada e mais eficiente, graças à utilização de situações que surgiram a partir de um ensino real.
- 4 O sentimento de eficiência do esforço investido torna-se um estímulo muito importante para os estudantes, o que se traduz num maior interesse pela aprendizagem e num aumento do tempo passado a trabalhar no curso.



## Relearning Methodology

A TECH combina eficazmente a metodologia do Estudo de Caso com um sistema de aprendizagem 100% online baseado na repetição, que combina 8 elementos didáticos diferentes em cada lição.

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



*O educador aprenderá através de casos reais e da resolução de situações complexas em ambientes de aprendizagem simulados. Estas simulações são desenvolvidas utilizando software de última geração para facilitar a aprendizagem imersiva.*



Na vanguarda da pedagogia mundial, o método Relearning conseguiu melhorar os níveis globais de satisfação dos profissionais que concluem os seus estudos, no que diz respeito aos indicadores de qualidade da melhor universidade online do mundo (Universidade de Columbia).

Esta metodologia já formou mais de 65.000 fisioterapeutas/cinesiólogistas com sucesso sem precedentes em todas as especialidades clínicas, independentemente da carga manual/prática. Tudo isto num ambiente altamente exigente, com um corpo estudantil universitário com um elevado perfil socioeconómico e uma idade média de 43,5 anos.

*O Relearning permitir-lhe-á aprender com menos esforço e mais desempenho, envolvendo-o mais na sua capacitação, desenvolvendo um espírito crítico, defendendo argumentos e opiniões contrastantes: uma equação direta ao sucesso.*

No nosso programa, a aprendizagem não é um processo linear, mas acontece numa espiral (aprender, desaprender, esquecer e reaprender). Portanto, cada um destes elementos é combinado de forma concêntrica.

A pontuação global do nosso sistema de aprendizagem é de 8,01, de acordo com os mais elevados padrões internacionais.



Este programa oferece o melhor material educativo, cuidadosamente preparado para profissionais:



#### Material de estudo

Todos os conteúdos didáticos são criados pelos especialistas que irão ensinar o curso, especificamente para o curso, para que o desenvolvimento didático seja realmente específico e concreto.

Estes conteúdos são depois aplicados ao formato audiovisual, para criar o método de trabalho online da TECH. Tudo isto, com as mais recentes técnicas que oferecem peças de alta-qualidade em cada um dos materiais que são colocados à disposição do aluno.



#### Técnicas e procedimentos de fisioterapia em vídeo

A TECH traz as técnicas mais recentes e os últimos avanços educacionais para a vanguarda das técnicas e procedimentos atuais de fisioterapia/cinesiologia. Tudo isto, na primeira pessoa, com o máximo rigor, explicado e detalhado para a assimilação e compreensão do estudante. E o melhor de tudo, pode observá-los quantas vezes quiser.



#### Resumos interativos

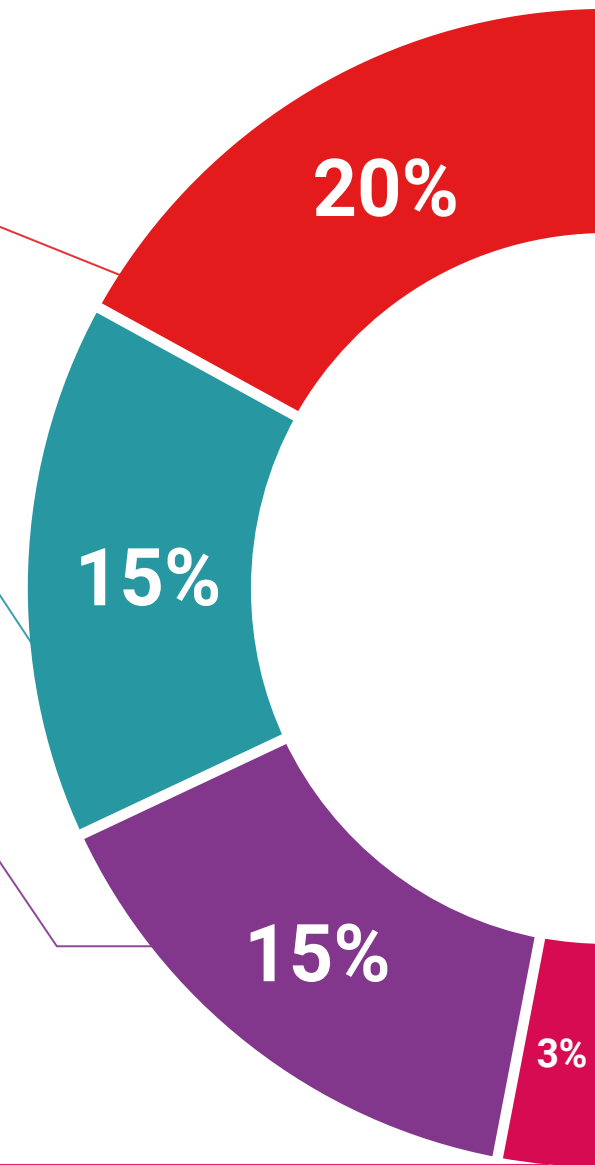
A equipa da TECH apresenta os conteúdos de uma forma atrativa e dinâmica em comprimidos multimédia que incluem áudios, vídeos, imagens, diagramas e mapas conceituais a fim de reforçar o conhecimento.

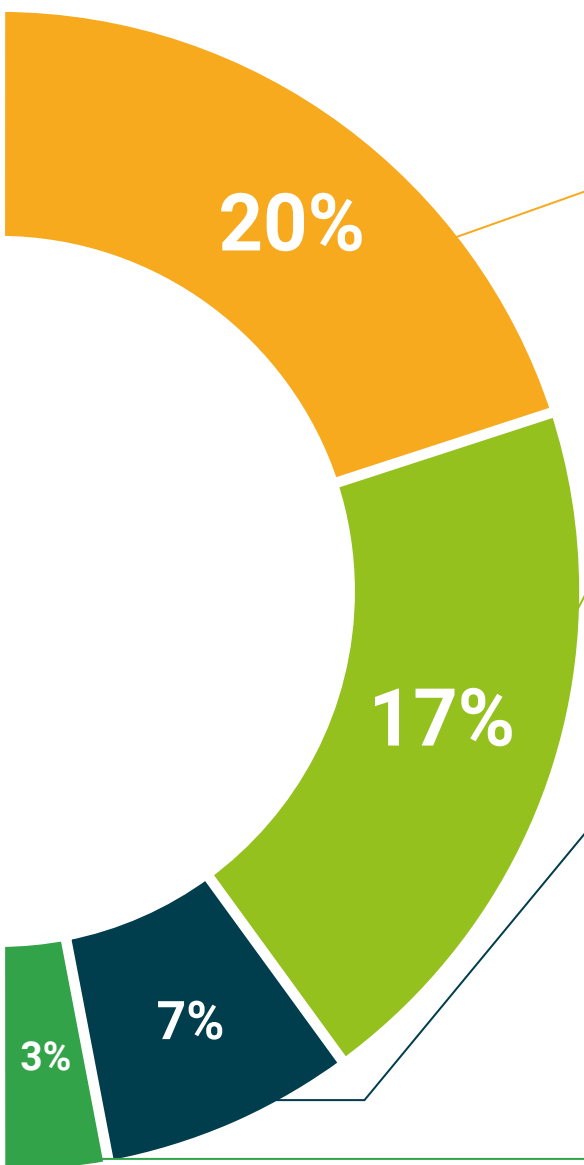
Este sistema para a apresentação de conteúdos multimédia foi premiado pela Microsoft como uma "História de Sucesso Europeu".



#### 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 necessita para completar a sua capacitação.





#### Análises de casos desenvolvidas e conduzidas por especialistas

A aprendizagem eficaz deve necessariamente ser contextual. Por esta razão, a TECH apresenta o desenvolvimento de casos reais nos quais o perito guiará o estudante 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

Os conhecimentos do aluno são periodicamente avaliados e reavaliados ao longo de todo o programa, através de atividades e exercícios de avaliação e auto-avaliação, para que o aluno possa verificar como está a atingir os seus objetivos.



#### Masterclasses

Existem provas científicas sobre a utilidade da observação por terceiros especializada. O denominado Learning from an Expert constrói conhecimento e memória, e gera confiança em futuras decisões difíceis.



#### Guias rápidos de atuação

A TECH oferece os conteúdos mais relevantes do curso sob a forma de folhas de trabalho ou guias de ação rápida. Uma forma sintética, prática e eficaz de ajudar os estudantes a progredir na sua aprendizagem.



06

# Certificação

O Curso de Especialização em Dor e Envelhecimento em Fisioterapia garante, para além de um conteúdo mais rigoroso e atualizado, o acesso a um Curso de Especialização emitido pela TECH Universidade Tecnológica.



“

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

Este **Curso de Especialização em Dor e Envelhecimento em Fisioterapia** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado.

Uma vez aprovadas as avaliações, o aluno receberá por correio, com aviso de recepção, o certificado\* correspondente ao título de **Curso de Especialização** emitido pela **TECH Universidade Tecnológica**.

Este certificado contribui significativamente para o desenvolvimento da capacitação continuada dos profissionais e proporciona um importante valor para a sua capacitação universitária, sendo 100% válido e atendendo aos requisitos normalmente exigidos pelas bolsas de emprego, concursos públicos e avaliação de carreiras profissionais.

Certificação: **Curso de Especialização em Dor e Envelhecimento em Fisioterapia**

ECTS: **21**

Carga horária: **525 horas**



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



**Curso de Especialização**  
Dor e Envelhecimento  
Fisioterapia

- » Modalidade: Online
- » Duração: 6 meses
- » Certificação: TECH Universidade Tecnológica
- » Créditos: 21 ECTS
- » Horário: ao seu próprio ritmo
- » Exames: online

# Curso de Especialização

## Dor e Envelhecimento em Fisioterapia

eguzki

**tech** universidade  
tecnológica