

JORNADAS INTERNACIONAIS
ENFERMAGEM DO DESPORTO

ENFERMAGEM DO DESPORTO NO FUTURO

Escola de Enfermagem (Lisboa) do Instituto de Ciências da Saúde
Universidade Católica Portuguesa

Coordenação do e-book:
Prof^ª Doutora Cristina Marques
Enf^ª Ana Rita Sá
Enf^ª Carolina Faria
Enf^ª Cláudia Freire

novembro 2020 **eBOOK**



CATÓLICA
INSTITUTO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
ESCOLA DE ENFERMAGEM

LISBOA · PORTO

1^a edição

PROJETO CAPACITAR PARA PROTEGER NO CONTEXTO DESPORTIVO

Cristina Marques-Vieira (1), Manuela Gomes (2), Filipa Veludo (3), Maura Fernandes (4), Milana Dovzhenko (5), Gonçalo Garcia (6), Liliana Braguez (7)

(1) Prof^a Auxiliar do Instituto de Ciências da Saúde da Universidade Católica Portuguesa. Doutora em Enfermagem. Enfermeira Especialista em Enfermagem de Reabilitação. Coordenadora da rea Científica de Enfermagem de Reabilitação. Título de Especialista DL 206/09. Investigadora Integrada do CIIS. Membro do NANDA-I Portugal Network Group. Coordenadora do Projeto Capacitar para Proteger. cristina_marques@ics.lisboa.ucp.pt

(2) Enfermeira no Hospital Santa Marta. Membro do Projeto Capacitar para Proteger.

(3) Prof^a Assistente do Instituto de Ciências da Saúde da Universidade Católica Portuguesa. Doutora em Enfermagem. Mestre em Ciências da Educação. Enfermeira Especialista em Enfermagem de Médico-Cirúrgica. Título de Especialista DL 206/09. Investigadora do CIIS. Membro do NANDA-I Portugal Network Group. Membro do Projeto Capacitar para Proteger.

(4) Enfermeira no Hospital Fernando Fonseca. Membro do Projeto Capacitar para Proteger.

(5) Enfermeira no Centro de Diálise em Restelo. Membro do Projeto Capacitar para Proteger.

(6) Estudante do Curso de Licenciatura em Enfermagem na Escola de Enfermagem (Lisboa), Instituto de Ciências da Saúde da Universidade Católica Portuguesa. Membro do Projeto Capacitar para Proteger.

(7) Professora Ajudante da Escola de Enfermagem (Lisboa), Instituto de Ciências da Saúde da Universidade Católica Portuguesa. Especialista em Enfermagem de Reabilitação. Mestre em Ciências de Enfermagem. Membro do Projeto Capacitar para Proteger.

Introdução: Desde 11 de março de 2020 que a COVID-19 foi declarada pandemia, pela abrangência a todos os continentes. Com origem na China em dezembro de 2019 (OMS, 2020), o primeiro caso surgiu em Portugal no dia 3 de março de 2020 (DGS, 2020); vivemos atualmente a segunda vaga da pandemia estando o perfil de pessoas com COVID-19 a evoluir de adulto/idoso para jovens/adultos. A evidência científica identifica a idade como fator de risco, mas tmbm pessoas com co-morbididades, destacando-se a Diabetes, Hipertensão Arterial, Obesidade e Insuficiência Renal. A prática de exercício físico e/ou de desporto, sendo uma forma de prevenir o risco das etiologias descritas, pode tmbm contribuir para a transmissão de SARS-CoV-2, caso o distanciamento físico (uma das formas de prevenção) não seja respeitado na sua prática.

Este projeto de extensão universitária, da UCP, que nasceu em situação de pandemia e da necessidade de dar respostas a recursos da comunidade no âmbito da prevenção da Covid-19, teve início no contexto de Estruturas Residenciais para Idosos (ERPI). Contudo para além destas instituições foram identificadas outras necessidades noutros contextos, como é o caso específico das pessoas que praticam exercício físico, os atletas e os técnicos de apoio. Pretende-se assim que nesta área todos tenham um papel ativo no controlo da transmissão da infeção, por forma a que o exercício físico/desporto seja seguro.

Metodologia: Recorre-se à Metodologia de Projeto, para capacitar as pessoas no sentido de prevenir a transmissão da infeção por SARS-CoV-2 no exercício das funções em contexto Desportivo.

Resultados: Realizou-se o diagnóstico de situação do atual contexto desportivo, referente à infeção por SARS-CoV-2, de onde emergiu a necessidade formativa. Seguiu-se o planeamento das ações de formação (online - recorrendo-se ao Zoom®), a sua divulgação em contextos das formações (entidades parceiras e outras), e a realização das formações.

Discussão: Este projeto, surge da iniciativa de docentes e estudantes da Escola de Enfermagem de Lisboa, do ICS da UCP, para dar resposta às necessidades que emergiram em instituições comunitárias onde a Universidade se insere, bem como noutras instituições com que a universidade tem parcerias. Integrando os lemas da UCP, nomeadamente o bem comum e o ser protagonista do futuro e através da capacitação da sociedade, pretende-se uma resposta preventiva na transmissão da COVID-19, neste caso específico em contexto desportivo.

Conclusões: O Projeto Capacitar para Proteger no contexto desportivo evidencia a prática de exercício físico e/ou de desporto como essencial para a qualidade de vida e bem-estar das pessoas, pretendendo que a mesma possa continuar a estar presente no quotidiano das pessoas, mas de forma segura.

Descritores: Enfermagem; Desporto; Planos e programas de saúde.

Referências:

- Decreto-Lei n.º 16/2020 de 15 de abril da Presidência de Conselho de Ministros. Diário da República: Série I, nº 74 (2020). Disponível em: <https://dre.pt/pesquisa/-/search/131457481/details/maximized>
- Decreto-Lei nº 414/99 de 15 de outubro do Ministério do Trabalho e da Solidariedade. Diário da República: Série I-A, nº 241 (1999). Disponível em :<https://dre.pt/pesquisa/-/search/667139/details/maximized>
- Despacho Normativo n.º 62/99 de 12 de novembro Ministério do Trabalho e da Solidariedade. Diário da República: Série I-B, nº 264 (1999). Disponível em: <https://dre.pt/pesquisa/-/search/682830/details/maximized>
- Direção-Geral de Saúde (DGS (2020e). Orientação nº 030/2020: COVID-19: Atividade Física e Desporto Espaços de Prática de Exercício Físico e Desporto, e Competições Desportivas de Modalidades Individuais sem Contacto. Obtido de <https://www.dgs.pt/directrizes-da-dgs/orientacoes-e-circulares-informativas/orientacao-n-0302020-de-29052020-pdf.aspx>

- Direção-Geral de Saúde (DGS) (2020a). Plano Nacional de Preparação e Resposta para a Doença por Novo Coronavírus (Covid-19). Disponível em: <https://www.dgs.pt/documentos-e-publicacoes/plano-nacional-de-preparacao-e-resposta-para-a-doenca-por-novo-coronavirus>
- Direção-Geral de Saúde (DGS) (2020b). Norma nº 007/2020: Prevenção e Controlo de Infecção por SARS-CoV-2 (COVID-19): Equipamentos de Proteção Individual (EPI). Disponível em: <https://www.dgs.pt/directrizes-da-dgs/normas-e-circulares-normativas/norma-n-0072020-de-29032020-pdf.aspx>
- Direção-Geral de Saúde (DGS) (2020c). Novo Coronavírus COVID-19 - Relatório de Situação. Disponível em: <https://covid19.min-saude.pt/ponto-de-situacao-atual-em-portugal/>
- Direção-Geral de Saúde (DGS) (2020d). Orientação nº 009/2020. Disponível em: https://www.dgs.pt/directrizes-da-dgs/orientacoes-e-circulares-informativas/orientacao-n-0092020-de-11032020-pdf.aspx?fbclid=IwAR1R8gWNa19MJV_QCREGeYR4mIYxxOfsqbFDzzKV7UIW3d kbs-oNCRFXJeU
- Direção-Geral de Saúde (DGS) (2020e). Orientação nº 030/2020: COVID-19: Atividade Física e Desporto Espaços de Prática de Exercício Físico e Desporto, e Competições Desportivas de Modalidades Individuais sem Contacto. Disponível em: <https://www.dgs.pt/directrizes-da-dgs/orientacoes-e-circulares-informativas/orientacao-n-0302020-de-29052020-pdf.aspx>
- Direção-Geral de Saúde (DGS) (2020f). Orientação nº 036/2020: COVID-19: Desporto e Competições Desportivas. Disponível em: <https://www.dgs.pt/normas-orientacoes-e-informacoes/orientacoes-e-circulares-informativas/orientacao-n-0362020-de-25082020-pdf.aspx>
- Direção-Geral de Saúde (DGS) (2020f). Orientação nº 036/2020: COVID-19: Desporto e Competições Desportivas. Disponível em: <https://www.dgs.pt/normas-orientacoes-e-informacoes/orientacoes-e-circulares-informativas/orientacao-n-0362020-de-25082020-pdf.aspx>
- Torgal, J. (2020). Hora da Verdade – Entrevista. Disponível em: <https://rr.sapo.pt/2020/10/22/hora-da-verdade/o-governo-devia-ter-coragem-forte-para-fazer-um-plano-de-inverno-nao-focado-na-covid/artigo/211855/>
- World Health Organization (WHO) (2020). Physical activity and young people. Disponível em: <https://www.who.int/teams/health-promotion/physical-activity/physical-activity-and-young-people>