

Instituto Universitário da Maia



O Exercício Físico como Medicamento

Hugo Filipe Maia Rodrigues

N.º 28979

Relatório de Estágio realizado no âmbito do Mestrado em Ciências de
Educação Física e Desporto – Especialização em Exercício Físico e
Saúde

Orientadores Institucionais: Prof. Doutor João Viana

Prof.^a Doutora Elisa Marques

Orientadores Cooperantes: Enf. Pedro Martins

Enf.^a Sofia Carpinteira

Maio, 2019

RESUMO

O presente relatório de estágio tem como tema central a prática de exercício em doentes renais crónicos em tratamento de diálise, e reflete todo o meu percurso de estágio na clínica Nephrocare situada em Vila Nova de Gaia.

Neste relatório são apresentados os objetivos que tinha em mente quando realizei a escolha deste estágio, fala de uma forma mais aprofundada acerca desta doença, dos seus estágios, das suas comorbidades associadas, e do seu tratamento.

Revela ainda uma caracterização desta organização onde estive inserido no decorrer destes meses, bem como das suas infraestruturas e recursos materiais, e ainda uma caracterização aprofundada deste tipo de população portadora desta doença, onde revela todas as suas características, comparando-as também com a população saudável.

Toda a minha intervenção profissional é analisada e refletida, sobretudo o meu trabalho no âmbito do programa de exercício físico (PEF) intradialítico, e ainda contribui na implementação de um projeto mais recente (IPRT), onde revelo as minhas funções e responsabilidades, o material necessário para a realização destes dois projetos e todas as tarefas que realizei na clínica, não só direcionadas para estes dois projetos como também outras atividades. São também apresentados os resultados obtidos com a implementação do PEF, comparados em dois momentos de avaliação distintos, um numa fase inicial e outro numa fase final deste estágio, onde são revelados resultados dos pacientes que estão inseridos neste projeto, mostrando o impacto que este programa teve nas suas vidas.

Finalmente descrevo todas as dificuldades que fui sentindo ao longo deste percurso, bem como aquilo que realizei e recorri para conseguir superar estas dificuldades que foram aparecendo.

Concluindo, este estágio teve um significado muito importante para mim, pois permitiu-me adquirir novos conhecimentos e deu-me a possibilidade de aprofundar diversos conteúdos dentro desta área profissional.