

# **Joana Henriques Oliveira**

**26361**

Relatório de Estágio Curricular com vista à obtenção do grau de Mestre em Ciências da Educação Física e Desporto – Especialização em Exercício Físico e Saúde, nos termos do Decreto-Lei nº 74/2006, de 24 de março, republicado pelo Decreto-Lei nº 63/2016, de 13 de setembro.

Trabalho realizado sob a orientação institucional do Professor Alberto Alves,  
Professor Auxiliar do Instituto Universitário da Maia - ISMAI

Outubro 2017

## 1. Introdução

O presente relatório de estágio foi elaborado no âmbito da conclusão do Mestrado de Ciências da Educação Física e Desporto – Especialização em Exercício Físico e Saúde do Instituto Universidade da Maia - ISMAI, correspondente ao estágio desenvolvido na Fresenius Medical Care – Nephrocare Maia, por sua vez integrado no Programa de Exercício Físico Intradialítico (PEF), durante seis meses.

Este estágio curricular surgiu na sequência da formalização da parceria efetuada entre a Nephrocare Portugal e o Instituto Universitário da Maia – ISMAI que, desta forma, permitiu a integração de estudantes do 2º ano do Mestrado de Ciências da Educação Física e Desporto – Especialização em Exercício Físico e Saúde, possibilitando cimentar o conhecimento e, ao mesmo tempo, contribuir para a concretização dos principais objetivos do PEF.

Este documento encontra-se dividido em duas partes, a primeira destina-se à descrição das atividades desenvolvidas ao longo do estágio, e a segunda corresponde à apresentação de um relatório científico, que tem como objeto de estudo o **“Efeito de um Programa de Exercício Aeróbio Intradialítico na Agilidade e Equilíbrio em Indivíduos com Doença Renal Crónica”** tendo como objetivos gerais:

- Relacionar dados sociodemográficos (idade) com a agilidade e equilíbrio em doentes hemodialisados;
- Relacionar dados clínicos (diabetes mellitus (DM), tempo em programa regular de hemodialise) com a agilidade e equilíbrio em doentes hemodialisados;
- Avaliar a influência do PEF na agilidade e equilíbrio em doentes hemodialisados.

A realização deste estágio permitiu um contacto direto com a realidade clínica e pôs à prova o conhecimento adquirido ao longo da Licenciatura e Mestrado.