

Intervenção do fisioterapeuta nos Programas de Reabilitação Respiratória dos CSP

18 de Setembro 2020

9:00 – 11.00 - Reabilitação Respiratória – conceito, destinatários, benefícios, equipa, estrutura, evidencia científica, orientação técnica para a RR nos CSP - critérios de seleção e fluxograma de decisão.

11:20 – 13:00 – Breves noções de fisiologia do exercício no indivíduo sem patologia.

13:00 – 14:00 – Almoço

14:00 – 17:00 - Epidemiologia, fisiopatologia e tratamento das doenças respiratórias crónicas mais comuns:

DPOC, Asma, Bronquiectasias, doença da parede, Fibrose pulmonar

Causas de intolerância ao exercício no doente respiratório.

17:00 – 19:00 - Avaliação e monitorização do doente respiratório para PRR nos CSP

história / questionários / fragilidade

PFR + Gasimetria arterial

Componentes da condição física

19 de Setembro

Avaliação da capacidade cardio-respiratória

9:00 – 10.00 – Componentes da condição física

Prova de esforço cardio-respiratória

10.00 – 11.30 – Testes de terreno teoria e prática

11.30 – 13:00 – avaliação da força muscular periférica, resistência e flexibilidade.
Avaliação dos músculos respiratórios

13:00 – 14:00 – Almoço

14:00 – 16:00 – avaliação da força muscular periférica, resistência e flexibilidade.

Avaliação dos músculos respiratórios

Continuação dos conteúdos dados ao longo do período da manhã

Esclarecimento de dúvidas

Cofinanciado por:

2 de Outubro

9:00 – 10:00 – Técnicas específicas de fisioterapia respiratória
10:00 – 13.00 – Práticas de testes de terreno. e avaliação da força muscular periférica, resistência e flexibilidade. Avaliação dos músculos respiratórios

13:00 – 14:00 - almoço

14:00 – 19:00 - Metodologia do treino, Treino de *endurance* e treino de força, estratégias adjuvantes ao treino. Discussão de casos práticos

3 de Outubro

9:00 – 10:00 – Programa educacional e plano de ação

10:00 – 11:00 - Atividade física – benefícios e estratégias para adesão

Avaliação de resultados. Registo das sessões e relatório final.

11:00 – 13:00 – Resolução e discussão de casos práticos de casos práticos

13:00 – 14:00 – Almoço

14:00 – 16:00 - Avaliação de conhecimentos por teste de escolha múltipla. Correção do teste.

Cofinanciado por: