INSTITUTO POLITÉCNICO DE BRAGANÇA

Unidade Curricular	Mobilidade, transferências e posicionamento de doentes	Área Científica	Terapia e Reabilitação
CTeSP em	Gerontologia	Escola	Escola Superior de Saúde de Bragança
Ano Letivo	2021/2022	Ano Curricular	1
Nível	0-1	Créditos ECTS	5.0
Tipo	Semestral	Semestre	2
Código	4073-581-1203-00-21		

Horas totais de trabalho	135	Horas de Contacto	T -	TP -	PL -	TC -	S -	E -	OT 75	O 60

T - Ensino Teórico; TP - Teórico Prático; PL - Prático e Laboratorial; TC - Trabalho de Campo; S - Seminário; E - Estágio; OT - Orientação Tutórica; O - Outra

Nome(s) do(s) docente(s): Sandra Fatima Gomes Barreira Rodrigues, Sandra Maria Fernandes Novo

Resultados da aprendizagem e competências

No fim da unidade curricular o aluno deve ser capaz de:
1. Compreender e enquadrar a atividade física de indivíduos idosos como componente fundamental da mobilidade, saúde e bem-estar.
2. Compreender a funcionalidade física do indivíduo idoso.
3. Identificar consequências da imobilidade.
4. Compreender a importância da marcha e a sua complexidade.
5. Ser capaz de executar diferentes tipos de posicionamentos e de transferência de doentes.

Pré-requisitos

Não aplicável

Conteúdo da unidade curricular

Atividade física, saúde e bem-estar, funcionalidade física, mobilidade e imobilidade, marcha e biomecânica corporal, posicionamentos e transferências.

Conteúdo da unidade curricular (versão detalhada)

1. Mobilidade
2. Fisiologia do exercício
3. Atividade física no idoso
4. Adaptações agudas e crónicas
5. Programas de intervenção
6. Avaliação da capaciade funcional
7. Consequências da imobilidade nos diferentes órgãos e sistemas
8. Força muscular
9. Postura e equilíbrio
10. Deambulação e movimento: tipos de marcha, uso de próteses, canadianas, bengala, pirâmide e andarilho
11. Biomecânica corporal
12. Mobilidade no leito
13. Transferência da pessoa dependente com e sem elevador (maca, leito, cadeira, banho)
14. Posicionamentos: decúbitos dorsal, lateral, semidorsal, ventral, semi ventral e Fowler

Bibliografia recomendada

1. Powers, S. K. ; Howley, E. T. (2004). Fisiologia do exercício. Teoria e aplicação ao condicionamento e ao desempenho, 5ª Edição. Manole
2. ACSM (2006). ACSM's guidelines for exercise testing and prescription, 7th ed. Baltimore, Lippincott Williams & Wilkins.
3. Dohme, S. A. (2005). Saúde e Bem – Estar para Pessoas Idosas. Fundamentos Básicos para a Práctica. Loures, Lusodidacta.
4. Viana de Freitas, et al (2006). Tratado de Geriatria e Gerontologia. 2ª ed. Rio de Janeiro, Guanabara – Koogan.
5. Ordem dos Enfermeiros (2013). Guia Orientador de Boas Praticas - Cuidados a pessoa com alteracoes da mobilidade - posicionamentos, transferencias e treino de deambulacao. Cad. OE, Série 1, nº 7

Métodos de ensino e de aprendizagem

Exposição oral dos conteúdos, com recurso a meios multimédia e/ou interactivos. Trabalho de pesquisa, de análise e interpretação de textos científicos. Prática simulada em laboratório de técnicas de posicionamentos, mobilização e deambulação.

Alternativas de avaliação

1. Avaliação distribuída - (Ordinário, Trabalhador) (Final)
   - Exame Final Escrito - 50%
   - Discussão de Trabalhos - 50%
2. Avaliação por exame final - (Ordinário, Trabalhador) (Recurso, Especial)

Língua em que é ministrada

Português

Validação Eletrónica

Sandra Fatima Gomes Barreira Rodrigues, Sandra Maria Fernandes Novo	Hélder Jaime Fernandes	Maria Helena Pimentel	Adília Maria Pires da Silva Fernandes
21-02-2022	21-02-2022	22-02-2022	22-02-2022

Este documento só tem validade académica depois de autenticado, em todas as suas folhas, com o selo a óleo da Instituição.