

Mestrado em Enfermagem Comunitária

Sofia Maria Barros da Cruz

Enfermagem de Saúde Comunitária, de Saúde Pública e de Saúde Familiar

jan | 2023

GUARDA
POLI
TÉCNICO



POLI TÉCNICO GUARDA

Escola Superior de Saúde

RELATÓRIO FINAL DE ESTÁGIO

ESTÁGIO COM RELATÓRIO FINAL
PARA OBTENÇÃO DO GRAU DE MESTRE EM CURSO
DE MESTRADO EM ENFERMAGEM COMUNITÁRIA

Sofia Maria Barros da Cruz

Janeiro / 2023

POLI TÉCNICO GUARDA

Escola Superior de Saúde

RELATÓRIO FINAL DE ESTÁGIO

**ESTÁGIO COM RELATÓRIO FINAL
PARA OBTENÇÃO DO GRAU DE MESTRE EM CURSO
DE Mestrado em Enfermagem Comunitária**

Professor Orientador: Professor Doutor Ezequiel Carrondo

Sofia Maria Barros da Cruz

Janeiro / 2023

AGRADECIMENTOS

Pretendo agradecer a todos os que me apoiaram e contribuíram para a realização e concretização deste relatório de estágio inserido no Curso de Mestrado em Enfermagem Comunitária. Desta forma, agradeço:

A todos os professores da Escola Superior de Saúde, do Instituto Politécnico da Guarda, que lecionam o Curso de Mestrado em Enfermagem Comunitária, pelos saberes transmitidos. Ao professor Ezequiel e à enfermeira Sara pela orientação ao longo dos estágios e disponibilidade que sempre demonstraram.

Às minhas colegas e amigas do curso de Mestrado: Elsa, Rita e Sílvia, por nunca me terem deixado desistir e me terem presenteado com a amizade e companheirismo durante este percurso, tendo sido mais fácil ultrapassar as dificuldades sentidas.

Aos meus colegas da Unidade de Cuidados de Saúde Personalizados do Fundão pelas palavras de incentivo.

Aos meus pais e irmãos pelo apoio e compreensão, por terem sido privados em alguns momentos da minha companhia e atenção.

E por fim, quero dar um agradecimento muito sentido à minha amiga Sandra pelo seu apoio e motivação incondicional o que me levou a nunca desistir. As suas palavras sempre me transmitiram uma serenidade incrível, tornando este percurso muito mais leve.

Obrigada a todos por estarem sempre ao meu lado!

RESUMO

No âmbito da unidade curricular – Estágio com Relatório Final do Curso de Mestrado em Enfermagem Comunitária, foi elaborado o presente relatório de estágio no sentido de explicar o percurso de aquisição/ desenvolvimento de competências nos contextos de estágio: Enfermagem de Saúde Comunitária e de Saúde Pública e Enfermagem de Saúde Familiar.

O presente relatório pretende fundamentar e descrever as intervenções realizadas em estágio, analisar o desenvolvimento das competências avançadas adquiridas e refletir sobre o papel do enfermeiro nas intervenções especializadas nas áreas de Enfermagem Comunitária e de Saúde Pública e Enfermagem de Saúde Familiar, tendo como referencial os padrões de qualidade dos cuidados especializados em enfermagem comunitária e de saúde pública e enfermagem de saúde familiar.

Para a elaboração deste trabalho recorreu-se à metodologia de planeamento em saúde, bem como a sessões de educação para a saúde.

Este estágio desenvolveu-se a partir do Estágio I, onde foi elaborado o Diagnóstico de Situação de Saúde da Unidade de Saúde Familiar Cereja, pretendendo dar resposta aos objetivos da Unidade Curricular de Estágio com Relatório Final.

Na área de Enfermagem de Saúde Comunitária e de Saúde Pública, foi elaborado um Programa de Intervenção Comunitária “Viver mais e melhor”, que decorreu do Diagnóstico de Situação de Saúde, que permitiu a identificação de problemas e necessidades desta população, direcionando as minhas intervenções para minimização dos mesmos e para a capacitação de grupos e comunidade. Baseado neste Programa, foi desenvolvido um Projeto Individual de Prevenção de Queda no Idoso: “Sensibilizar para Prevenir”, com intuito de capacitar quer os enfermeiros para a avaliação do risco de queda, quer a população idosa para a prevenção das mesmas.

Na área de Enfermagem de Saúde Familiar desenvolveu-se o estudo de uma família em transição para a parentalidade em contexto de pandemia, realizando-se a respetiva avaliação e intervenção, aplicando os conhecimentos adquiridos fundamentados no Modelo Dinâmico de Avaliação e Intervenção Familiar.

Com a realização do estágio foram adquiridas as Competências Comuns do Enfermeiro Especialista e as Competências Específicas do Enfermeiro Especialista em Enfermagem Comunitária na área de Enfermagem de Saúde Comunitária e de Saúde Pública e na área de Enfermagem de Saúde Familiar. Para isto, foram realizadas as atividades planeadas, com vista a atingir os objetivos definidos. Espero que possa ter contribuído para uma melhoria significativa da saúde da população em estudo, de modo, a alcançar ganhos em saúde.

Palavras-chave: *Enfermagem em Saúde Comunitária, Enfermagem Familiar, Capacitação, Família, Parentalidade.*

ABSTRACT

In the scope of the curricular unit – Internship with Final Report of Community Nursing Master - the following internship report was elaborated with the purpose of explaining the course of acquisition/development of skills in the context of the internship: Community Health and Public Health Nursing and Family Health Nursing.

The coming report aims to substantiate and describe the interventions carried out during the internship, analyse the development of the acquired advanced skills and to reflect upon the role of a nurse in the specialised interventions in the fields of Community Health and Public Health Nursing and Family Health Nursing, taking reference in the quality standards of specialised care in community health and public health nursing and family health nursing.

For the elaboration of this assignment, we resorted to the methodology of health planning, as well as education sessions for health.

This internship developed from Stage I, where Diagnosis of the Situation of Health in the Health Unit of Saúde Familiar Cereja was formed, to answer to the objectives of the Internship with Final Report of the Curricular Unit.

In the field of Community Health and Public Health Nursing, the Community Intervention Program: “Live more and better” was created, in which the Diagnosis of Health Situation occurred, allowing the identification of problems and necessities of the target group, directing the interventions to decrease those problems and the qualification of the groups and community. Based on this Program, Individual Project for the Prevention of Falls in the Elderly: “Sensitizing to Prevent” developed with the intent of qualifying nurses as well as the elderly population to prevent falls and evaluate the risk of falling. In the field of Family Health Nursing a study was initiated to assess a family in transition to parenting in a pandemic situation, having conducted an evaluation and intervention, enforcing the knowledge acquired based on the Dynamic Model of Family Assessment and Intervention.

With the completion of the internship, I have acquired Common Skills of the Specialist Nurse and the Specific Competencies of the Specialist Nurse in Community Nursing in the fields of Community Health and Public Health Nursing and Family Health Nursing. For this purpose, the planned activities were conducted to accomplish the aforementioned objectives. I hope I have contributed to a relevant enhancement of the health of the target group, beneficial to reaching an improvement of health.

Keywords: *Community Health Nursing, Family Health, Qualification, Family, Parenting.*

ABREVIATURAS

hab./Km²- Habitantes por quilómetro quadrado

Km²- Quilómetro quadrado

SIGLAS

ACES - Agrupamento de Centros de Saúde

ACES CB - Agrupamento de Centros de Saúde da Cova da Beira

CHUCB - Centro Hospitalar Universitário Cova da Beira

CIPE - Classificação Internacional para a Prática de Enfermagem

CPCJ - Programa da Comissão de Proteção de Crianças e Jovens

CSP - Cuidados de Saúde Primários

DGS - Direção-Geral da Saúde

DSS - Diagnóstico de Situação de Saúde

HTA- Hipertensão Arterial

IC - Intervenção Comunitária

IMC - Índice de Massa Corporal

MDAIF - Modelo Dinâmico de Avaliação e Intervenção Familiar

OE - Ordem dos Enfermeiros

OMS - Organização Mundial da Saúde

PNV - Plano Nacional de Vacinação

PNS - Plano Nacional de Saúde

SNS - Sistema Nacional de Saúde

UAG - Unidade de Apoio à Gestão

UCC - Unidade de Cuidados na Comunidade

UCSP - Unidade de Cuidados de Saúde Personalizados

UF - Unidades Funcionais

URAP - Unidade de Recursos Assistenciais Partilhados

USF - Unidade de Saúde Familiar

WHO - *World Health Organization*

“Para ser grande, sê inteiro: nada Teu exagera ou exclui. Sê todo em cada coisa. Põe quanto és no mínimo que fazes. Assim em cada lago a lua toda Brilha, porque alta vive.”

Ricardo
Reis

ÍNDICE DE FIGURAS

Folha

Figura 1 - Área geográfica de atuação da UCSP do Fundão e respetiva distância das extensões de saúde à sede	26
Figura 2 - Pirâmide etária dos utentes inscritos na UCSP do Fundão.....	28

ÍNDICE DE QUADROS

Folha

Quadro 1 - Índice de dependência de idosos e índice de envelhecimento de Portugal Continental e do ACES CB, em 2021.....	24
---	----

ÍNDICE	Folha
INTRODUÇÃO	12
1. ENQUADRAMENTO DO ESTÁGIO	17
1.1. CUIDADOS DE SAÚDE PRIMÁRIOS E ENFERMAGEM COMUNITÁRIA	17
1.2. CARACTERIZAÇÃO DA INSTITUIÇÃO	22
1.3. CARACTERIZAÇÃO DA COMUNIDADE.....	27
2. DESCRIÇÃO E ANÁLISE-CRÍTICO REFLEXIVA DAS ATIVIDADES DESENVOLVIDAS E DAS COMPETÊNCIAS ADQUIRIDAS	29
2.1. COMPETÊNCIAS COMUNS DO ENFERMEIRO ESPECIALISTA.....	30
2.2. COMPETÊNCIAS ESPECÍFICAS DO ENFERMEIRO ESPECIALISTA EM ENFERMAGEM COMUNITÁRIA NA ÁREA DE ENFERMAGEM COMUNITÁRIA E DE SAÚDE PÚBLICA ...	37
2.3. COMPETÊNCIAS ESPECÍFICAS DO ENFERMEIRO ESPECIALISTA EM ENFERMAGEM COMUNITÁRIA NA ÁREA DE ENFERMAGEM DE SAÚDE FAMILIAR.....	53
2.4. RESULTADOS	60
CONCLUSÃO	63
BIBLIOGRAFIA	69
ANEXOS	81
ANEXO A - DECLARAÇÃO DA APRESENTAÇÃO DO PROJETO DE PREVENÇÃO DE QUEDA NO IDOSO NA ACADEMIA SÉNIOR E NA RÁDIO COVA DA BEIRA	82
APÊNDICES.....	83
APÊNDICE A - PROGRAMA DE SAÚDE: “VIVER MAIS E MELHOR”	84
APÊNDICE B - PROJETO PREVENÇÃO DE QUEDA NO IDOSO: “SENSIBILIZAR PARA PREVENIR”	100
APÊNDICE C - ESTUDO DE UMA FAMÍLIA EM TRANSIÇÃO PARA A PARENTALIDADE EM CONTEXTO DE PANDEMIA.....	162