

# Mestrado em Enfermagem Comunitária

Adriana Aparício Pereira

RELATÓRIO DE ESTÁGIO

julho | 2022

GUARDA  
POLI  
TÉCNICO



# POLI TÉCNICO GUARDA

Escola Superior de Saúde

---

## RELATÓRIO DE ESTÁGIO

---

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

Adriana Aparício Pereira  
Julho / 2022



# POLI TÉCNICO GUARDA

Escola Superior de Saúde

---

## RELATÓRIO DE ESTÁGIO

---

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

Professor(a) Orientador(a): Ezequiel Carrondo

Adriana Aparício Pereira

Julho / 2022



## AGRADECIMENTOS

Quero agradecer a todos de forma direta ou indireta, me apoiaram nesta decisão de prosseguir com os meus estudos e sonhos obtendo assim os objetivos de vida que delinee desde o início da minha carreira profissional. Agradeço ao meu pai, que tudo fez para concluir os meus estudos e não está mais presente para me ver concluir mais uma etapa, ao qual ele iria ficar tão orgulhoso. Foi tudo por ti!

Ao Sr. Professor Doutor Ezequiel Carrondo, que me orientou durante todos os estágios realizados e esteve sempre pronto a esclarecer qualquer dúvida a qualquer momento.

Às Enfermeiras Especialistas que me apoiaram nas diferentes fases do estágio, o seu incentivo, dedicação e disponibilidade demonstradas não tem medida, a paciência e tempo disponibilizados para me ouvir mesmo nos momentos mais difíceis, foi fulcral para nunca ter desistido e ter conseguido concretizar todos os objetivos pedidos, mesmo durante uma fase pandémica pela qual estamos a passar. Obrigada pela partilha de saberes e pelo vosso encorajamento a nível pessoal.

Às colegas e amigas de curso Ana Rita Aparício, Carla Sobreiro e Catarina Silva que sempre me ajudaram a prosseguir, a trabalhar em equipa com ânimo e diversão, que me apoiaram sempre e que me deram a mão para conseguirmos chegarmos ao fim juntas. Foi bom dividir com vocês os receios, medos, preocupações, mas também alegrias e bons momentos que vamos levar para sempre na memória. Muito obrigada à Cátia Simão, pelas dicas e ajudas.

À Unidade de Cuidados Personalizados do Fundão e da Covilhã, que me receberam de braços abertos, disponibilizando todos os meios e recursos para a minha aprendizagem.

À minha família em estudo, que sem eles não seria possível concretizar o meu trabalho, disponibilizando sempre tempo para me receberem. Foi uma experiência muito gratificante pois proporcionou conhecê-los melhor e criar uma relação terapêutica saudável, que me fez crescer como pessoa e profissional.

E por fim, às melhores pessoas da minha vida, a minha mãe, o meu marido Luís Sardinha e a minha filha Francisca, pelo amor incondicional que me deram, sem a vossa ajuda e apoio não seria possível chegar ao fim, pois foram fundamentais para que nunca me faltasse tempo para estudar, sempre acreditaram em mim e foi graças ao seu trabalho e suor que consegui manter-me até ao fim. Obrigada por estarem sempre prontos para me ajudar e serem a minha eterna inspiração. Desculpem pelo tempo roubado.

A todos, o meu Bem-Haja!

*“Saúde se aprende, educação é que cura”*

Elaine Marasca, 2009

## RESUMO

O presente relatório é elaborado no âmbito da Unidade Curricular de Estágio com Relatório Final, do Curso de Mestrado em Enfermagem Comunitária. O estágio foi realizado na Unidade de Cuidados de Saúde Personalizados do Fundão e da Covilhã, nas áreas de Enfermagem de Comunitária e de Saúde Pública e de Enfermagem de Saúde Familiar, respetivamente. Com a sua elaboração pretende-se que se demonstrem as aprendizagens adquiridas e aplicação de conhecimentos relativos a enfermagem especializada, utilizando metodologia de pesquisa-ação, com respetiva reflexão crítica, reflexiva, baseada na evidência das atividades desenvolvidas.

Após se ter elaborado no estágio anterior o Diagnóstico de Situação de saúde, referente à população que irá pertencer à futura Unidade de Saúde Familiar Cereja no Concelho do Fundão e identificado o problema de saúde local, procedeu-se à planificação e intervenção na comunidade e no indivíduo, de forma a responder às necessidades identificadas.

Durante o estágio realizado na UCSP do Fundão, na área de Enfermagem de Saúde Comunitária e de Saúde Pública foi realizado um Programa de Saúde estabelecido com base em objetivos e estratégias, foram definidos projetos de intervenção para solucionar o problema identificado e elaborado o Projeto Individual de Intervenção Comunitária sobre nutrição e hidratação sénior, que foi implementado e avaliado.

Na área de Enfermagem de Saúde Familiar, realizado na UCSP da Covilhã, procedeu-se à avaliação e intervenção de uma determinada família que possibilitou o seu estudo, integrando duas menores dependentes, em que uma sofre de *cyberbullying* e entre o casal, a comunicação não é eficaz, existindo saturação do papel por parte da mãe. Para melhor intervir nesta família, foi necessário adquirir conhecimentos e planificar intervenções que tiveram por base pressupostos teóricos, nomeadamente o Modelo Dinâmico de Avaliação e Intervenção Familiar.

Com a realização deste estágio, consegui desenvolver competências tanto comuns como específicas do Enfermeiro Especialista em Enfermagem Comunitária, na área de Enfermagem Saúde Comunitária e Saúde Pública e na área de Enfermagem de Saúde Familiar, demonstrando responsabilidades, capacidade de comunicação que permitiu recolher dados e interpreta-los, elaborando diagnósticos e intervenções direcionados aos problemas identificados, analisando os resultados obtidos face aos objetivos definidos.

Como referencial, foram destacadas as competências comuns e específicas do Enfermeiro Especialista numa relação estreita com os padrões de qualidade dos cuidados de enfermagem especializados em Enfermagem Comunitária e de Saúde Pública e Enfermagem de Saúde Familiar.

**Palavras chave:** Enfermagem em Saúde Comunitária, Enfermagem de Família, Nutrição do Idoso e *Cyberbullying*



## ABSTRACT

The present document is the final report curricular unit of the Master's Course in Community nursing. The placement was carried out in the unit of personalized health care in Fundão and Covilhã, in the areas of Community Nursing, public Health and Family Health Nursing. The goal of this document is to demonstrate my learnings and application of knowledge related to specialized nursing. Using an action- research methodology and reflecting on acting in the context of developed activities.

After finding out the diagnose of the health situation, carried out in the last placement, referent to the population will integrate the unit of Health Care Cereja in Fundão and identified the problem, planning and intervention in the community, individual in order to respond to the identified needs.

During the placement in the Unit of Personalized Health Care in Fundão, in the area of Community Health and Public Health Nursing was realized an Health Program with goals and strategies. Were defined intervention projects to resolve the identified problem and developed an individual project of community intervention based on nutrition and senior hydration. This was implemented and evaluated.

In the area of Family Health Nursing, carried out in the Unit of Personalized Health Care in Covilhã, an assessment and intervention was made in a specific family, which integrates two childrens, one of them suffer from cyberbullying, the parents don't have a good communication between them, and there is paper saturation by the mother. For a good intervention in this family, were necessary to apply knowledge based on theoretical assumptions, named as the Dynamic Model of Family Assessment and Intervention.

With the completion of this placement, I was able to develop both common and specific skills of the Nurse Specialist in Community Nursing, in the area of Community Health, Public Health Nursing and Family Health. I was able to demonstrate my responsibilities, communication skills, which allowed to collect data and interpreting them, elaborating diagnoses and interventions aimed at the identified problems, analyzing the results in relation to the defined objectives.

Having as reference, the common and specific competences of the Specialist Nurse were highlighted in a close relationship with the quality standards of specialized nursing care in Community and Public Health Nursing and Family Health Nursing.

**Keywords:** Community Nursing, Family Nursing, Elderly Nutrition and Cyberbullying