

Mestrado em Enfermagem Comunitária

Ana Catarina Fazendeiro Gomes

RELATÓRIO DE ESTÁGIO

abr | 2024

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

Ana Catarina Fazendeiro Gomes

Abril / 2024

POLI TÉCNICO GUARDA

Escola Superior de Saúde

RELATÓRIO DE ESTÁGIO

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

Professor Orientador: Doutor Ezequiel Carrondo

Ana Catarina Fazendeiro Gomes

Abril / 2024

PENSAMENTO

“Foi o tempo que dedicaste à tua rosa que fez a tua rosa tão importante.”

Antoine de Saint-Exupéry (O Príncipezinho)

AGRADECIMENTOS

No decorrer da nossa vida, pessoal e profissional, é fundamental fazer escolhas que ditam a nossa conduta, a nossa forma de encarar desafios e obstáculos. Ao longo da minha vida tentei sempre lutar pelo que acredito e tirar as melhores aprendizagens do que a vida nos proporciona. Esta filosofia de vida devo-a aos meus pais, que sempre foram uns lutadores e são sem dúvida o meu grande orgulho e exemplo.

Agradeço ao professor orientador Ezequiel Carrondo pela sua disponibilidade e orientação.

Aos enfermeiros da UCSP do Tortosendo, em especial à Enfermeira Cristina e ao Enfermeiro Alexandre pela orientação, pela forma como nos acolheram e sobretudo pela excelência dos cuidados que prestam, que me levaram a querer fazer mais e melhor.

Aos professores do curso do Mestrado de Enfermagem Comunitária pelos ensinamentos, pela disponibilidade e motivação inculcada ao longo de todo o mestrado.

Aos colegas de mestrado pelo apoio, companheirismo. Aos que por vários motivos não continuaram neste caminho, mas que me proporcionaram momentos únicos e se tornaram grandes amigos.

À minha Sara, grande companheira de aventuras, que nunca me deixou desistir, com quem ri e chorei. Obrigada por fazeres este caminho comigo.

A todos aqueles, utentes e profissionais, que se cruzaram no meu caminho e que de diversas formas contribuíram para o meu crescimento pessoal e profissional.

Aos meus colegas da Gastro, pelo apoio e por me aturarem nos momentos menos bons.

Aos avós dos meus filhos, sem o vosso apoio nada seria possível e a minha querida avó pelo colo, carinho e pelo apoio que me deu.

Ao meu marido pela paciência e por nunca me deixar desistir.

E sobretudo aos meus mais que tudo, Benedita e Afonso, pelos abraços, beijos e pela força que me dão diariamente. Um pedido de desculpas pelo tempo que estive mais ausente, mas vocês são o grande vetor que não me fazem desistir dos meus sonhos. É este o exemplo que vos quero transmitir, sem esforço nada se consegue.

A todos o meu sincero e grande Bem Haja.

RESUMO

No âmbito do Curso de Mestrado em Enfermagem Comunitária, na área de Enfermagem de Saúde Comunitária e de Saúde Pública e na área de Enfermagem de Saúde Familiar, da Escola Superior de Saúde do Instituto Politécnico da Guarda, surgiu o presente relatório inserido na Unidade Curricular – Estágio com Relatório Final. Este relatório tem como objetivo explicar o percurso de aquisição e desenvolvimento de competências no contexto de estágio, para a obtenção do grau de mestre, nesta área de especialidade. Este estágio decorre do Estágio I, onde foi elaborado o Diagnóstico de Situação de Saúde (DSS) da UCSP do Tortosendo.

Para a sua elaboração, adotou-se uma metodologia descritiva e crítico-reflexiva fundamentada pela mais recente evidência científica. Ao longo do estágio foi desenvolvida uma prática profissional ética e legal, na área de especialidade.

Na UCSP do Tortosendo na área de Enfermagem de Saúde Comunitária e Saúde Pública, foi elaborado o programa de intervenção Comunitária “(A)tensão na Saúde - Cuide do seu Coração” e o projeto de intervenção comunitária “Hipertensão em movimento”, após seleção do problema prioritário, identificado no DSS, tendo sido realizadas sessões de educação para a saúde e uma atividade com os utentes com hipertensão arterial, com caminhada e lanche saudável.

Na área de Enfermagem de Saúde Familiar, foi aplicado o Modelo Dinâmico de Avaliação e Intervenção Familiar (MDAIF), tendo sido elaborada a avaliação das necessidades de uma família. A família em estudo foi selecionada por necessitar de cuidados especializados na área de Enfermagem de Saúde familiar para ultrapassar as situações adversas de forma equilibrada. Após identificação dos problemas e elaboração dos diagnósticos de enfermagem, foram delineadas intervenções com a cooperação da família a fim de maximizar o potencial desta família, recuperando-a e fortalecendo-a.

Fazendo uma reflexão sobre todo processo de aprendizagem desenvolvido, em relação aos objetivos traçados inicialmente, pode dizer-se que estes foram concretizados, e que possibilitaram a aquisição e desenvolvimento das competências preconizadas pela Ordem dos Enfermeiros para o Enfermeiro Especialista em Enfermagem Comunitária.

Palavras-chave: Enfermagem em Saúde Comunitária, Enfermagem de família, Planeamento, Hipertensão Arterial.

ABSTRACT

Within the scope of the Master's Degree in Community Nursing, in the area of Community Health Nursing and Public Health and in the area of Family Health Nursing, of the School of Health of the Polytechnic Institute of Guarda, the present report appeared inserted in the Curricular Unit – Internship with Final Report. This report aims to explain the path of acquisition and development of competencies in the context of internship, to obtain the master's degree, in this area of specialty. This stage stems from Stage I, where the Health Situation Diagnosis (DSS) of the UCSP of Tortosendo was elaborated.

For its elaboration, a descriptive and critical-reflective methodology was adopted, based on the most recent scientific evidence. Throughout the internship, an ethical and legal professional practice was developed in the area of specialty. At the UCSP of Tortosendo in the area of Community Health Nursing and Public Health, the Community intervention program "(A)tensão na saúde - Cuide do seu coração" and the community intervention project "Hipertensão em movimento" were elaborated, after selecting the priority problem Hypertension, identified in the DSS, Health education sessions and an activity were held with users with hypertension, with walking and healthy snacking.

In the area of Family Health Nursing, the Dynamic Model of Family Assessment and Intervention (MDAIF) was applied, and the assessment of the needs of a family was elaborated. The family under study was selected because it needs specialized care in the area of Family Health Nursing to overcome adverse situations in a balanced way. After identifying the problems and elaborating the nursing diagnoses, interventions were designed with the cooperation of the family in order to maximize the potential of this family, recovering and strengthening it.

Making a reflection on the whole learning process developed, in relation to the objectives initially outlined, it can be said that these were concretized, and that they enabled the acquisition and development of the competencies recommended by the Order of Nurses for the Nurse Specialist in Community Nursing.

Keywords: Community Health Nursing, Family Nursing, Planning, Arterial Hypertension.

LISTA DE SIGLAS

ACeS – Agrupamento de Centros de Saúde
Bi- CSP - Bilhete de Identidade dos Cuidados de Saúde Primários
BSIJ – Boletim de Saúde Infantil e Juvenil
CHUC – Centro Hospitalar Universitário de Coimbra
CHUCB – Centro Hospitalar Universitário Cova da Beira
CSP – Cuidados de Saúde Primários
DGS – Direção Geral de Saúde
DSS – Diagnóstico de Situação de Saúde
ELI - Equipa Local de Intervenção
ERPI -Estrutura Residencial para Pessoas Idosas
HTA – Hipertensão Arterial
IEFP – Instituto de Emprego e Formação Profissional
INE – Instituto Nacional de Estatística
MCEEC - Mesa do Colégio da Especialidade de Enfermagem Comunitária
MCAF- Modelo de Calgary de Avaliação da Família
MDAIF - Modelo Dinâmico de Avaliação e Intervenção Familiar
OE - Ordem dos Enfermeiros
OMS - Organização Mundial de Saúde
WHO- World Health Organization
PNDCCV - Programa Nacional para Doenças Cérebro Cardio- Vasculares
PNDO - Programa Nacional para as Doenças Oncológicas
PNS – Plano Nacional de Saúde
PNSIJ - Programa de Saúde Infantil e Juvenil
PNSPI - Programa Nacional para a Saúde das Pessoas Idosas
RNCCI - Rede Nacional de Cuidados Continuados Integrados
RNU – Registo Nacional de Utentes
SA-Saúde do Adulto
SM-Saúde Materna
SI- Saúde Infantil
SIARS – Sistema de Informação das Administrações Regionais de Saúde
SINAVE - Sistema Nacional de Vigilância Epidemiológica

SNS – Serviço Nacional de Saúde

UCSP – Unidade de Cuidados de Saúde Personalizados

URAP - Unidade de Recursos Assistenciais Partilhados

USF - Unidade de Saúde Familiar

ÍNDICE

	Pág.
INTRODUÇÃO	19
PARTE I – ENQUADRAMENTO DO ESTÁGIO	27
1 - DESCRIÇÃO DO CONTEXTO CLÍNICO	27
2 - UNIDADE DE CUIDADOS DE SAÚDE PERSONALIZADOS DO TORTOSENDO	33
PARTE II – DESCRIÇÃO E ANÁLISE CRÍTICO-REFLEXIVA	
SEGUNDO AS COMPETÊNCIAS/ATIVIDADES DESENVOLVIDAS	43
1 - COMPETÊNCIAS COMUNS DO ENFERMEIRO ESPECIALISTA	45
2 – COMPETÊNCIAS ESPECÍFICAS NA ÁREA DE ENFERMAGEM DE SAÚDE COMUNITÁRIA E DE SAÚDE PÚBLICA	53
2.1 - ENQUADRAMENTO TEÓRICO	53
2.2.- ATIVIDADES DESENVOLVIDAS E COMPETÊNCIAS ADQUIRIDAS	62
3- COMPETÊNCIAS ESPECÍFICAS NA ÁREA DE ENFERMAGEM DE SAÚDE FAMILIAR	95
3.1 - ENQUADRAMENTO TEÓRICO	96
3.2.- ATIVIDADES DESENVOLVIDAS E COMPETÊNCIAS ADQUIRIDAS	99
CONCLUSÃO	127
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	133
APÊNDICES	143
APÊNDICE A - PROGRAMA DE INTERVENÇÃO COMUNITÁRIA “(A)TENSÃO NA SAÚDE - CUIDE DO SEU CORAÇÃO”	cxlv
APÊNDICE B - PROJETO DE INTERVENÇÃO COMUNITÁRIA “HIPERTENSÃO EM MOVIMENTO”	cxlvii
APÊNDICE C - APLICAÇÃO DO MODELO DINÂMICO DE AVALIAÇÃO E INTERVENÇÃO FAMILIAR - UM CASO PRÁTICO DA FAMÍLIA “X”	cxlix
APÊNDICE D - AÇÕES DE FORMAÇÃO PARA A PROMOÇÃO DA SAÚDE, NO ÂMBITO DO “PROJETO QUERO SER+ 8G” SOBRE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL	cli

