



MESA DO COLÉGIO DA ESPECIALIDADE DE ENFERMAGEM DE REABILITAÇÃO

PARECER N.º 5/ 2020

ASSUNTO: **A REALIZAÇÃO DO EXERCÍCIO FÍSICO PELO ENFERMEIRO ESPECIALISTA EM ENFERMAGEM DE REABILITAÇÃO**

1. QUESTÃO COLOCADA

“... Outros profissionais de saúde referem que os enfermeiros não têm competência para fazer exercício físico a doentes com patologia respiratória mas sim apenas cinesiterapia respiratória e treino de conservação de energia. Gostaria de ser esclarecida relativamente a este facto, uma vez que isso interfere na minha prática diária.”

2. FUNDAMENTAÇÃO

O exercício profissional dos Enfermeiros Especialista em Enfermagem de Reabilitação é regulamentado por um quadro de referência orientador plasmado nos seguintes documentos:

- Regulamento do Exercício Profissional dos Enfermeiros (REPE);
- Código Deontológico do Enfermeiro;
- Regulamento n.º 392/2019 – Regulamento das Competências Específicas do Enfermeiro Especialista em Enfermagem de Reabilitação;
- Regulamento dos Padrões de Qualidade dos Cuidados Especializados em Enfermagem de Reabilitação - aprovado na Assembleia do Colégio a 26 de Janeiro de 2018.

2.1. Segundo a carreira de Enfermagem o Enfermeiro Especialista em Enfermagem de Reabilitação é o profissional de saúde que intervém junto da pessoa/comunidade com o objectivo de prevenir, recuperar e habilitar a pessoa com *deficit* funcional ao nível cognitivo, motor, sensorial, cardiorrespiratório, da alimentação, da eliminação e da sexualidade e as ajudar a potenciar uma transição saudável (Padrões de Qualidade dos Cuidados Especializados em Enfermagem em Enfermagem de Reabilitação, 2015).

2.2. São competências do Enfermeiro Especialista em Enfermagem de Reabilitação, segundo o Regulamento das Competências Específicas do Enfermeiro Especialista em Enfermagem de Reabilitação publicado em Diário da Republica em 2019:

- Cuidar de pessoas com necessidades especiais, ao longo do ciclo de vida, em todos os contextos da prática de cuidados;
- Capacitar a pessoa com deficiência, limitação da actividade e/ou restrição da participação para a reinserção e exercício da cidadania;
- Maximizar a funcionalidade desenvolvendo as capacidades da pessoa;
- Conceber e implementar programas de treino motor e cardio-respiratório;
- Avaliar e reformular programas de treino motor e cardio-respiratório em função dos resultados esperados.



MESA DO COLÉGIO DA ESPECIALIDADE DE ENFERMAGEM DE REABILITAÇÃO

2.4. No âmbito das suas qualificações profissionais, os Enfermeiros Especialistas em Enfermagem de Reabilitação prestam cuidados de enfermagem de reabilitação de forma autónoma segundo o Processo de Enfermagem.

2.5. O Enfermeiro Especialista em Enfermagem de Reabilitação incorpora os resultados da investigação na sua prática clínica, recorrendo a prática baseada na evidência na sustentação do processo de tomada de decisão com vista a otimizar de forma mais eficaz o resultado clínico e a qualidade de vida dos seus clientes.

2.6. A Reabilitação Respiratória é uma intervenção terapêutica não farmacológica recomendada para pessoas com compromisso no processo Respiratório baseada numa avaliação global e individualizada da pessoa, e que inclui, mas não estão limitadas a, treino de exercício, educação e alterações do comportamento com o objetivo de melhorar a condição física e psicológica da pessoa e promover, a gestão do regime terapêutico e independência no autocuidado bem como adoção de comportamentos promotores da saúde

2.7. A equipa de Reabilitação Respiratória deve ser multi e interdisciplinar incluindo Enfermeiros Especialistas em Enfermagem de Reabilitação.

2.8. Torna-se relevante definir os seguintes conceitos:

- ✓ *Actividade Física é “qualquer movimento corporal produzido pela contracção voluntária do músculo-esquelético, que provoque dispêndio de energia acima do nível basal; estando assim intimamente relacionada com a realização das Actividades de vida diária”*
- ✓ *Exercício Físico é uma “subcategoria da actividade física, na qual são executados movimentos corporais planeados, estruturados e repetitivos, de forma a manter ou incrementar um ou mais atributos físicos, num determinado período de tempo”*

2.9. As sessões de treino de exercício devem incluir treino aeróbio, treino de força muscular, treino da musculatura respiratória, alongamentos musculares, treino de equilíbrio, podendo ser operacionalizadas em diversos contextos como ginásio e internamento hospitalar, cuidados de saúde primários ou contexto domiciliário.

2.10. Gestão do regime terapêutico e Autocuidado são conceitos centrais no core de conhecimento da profissão de Enfermagem, sendo que a independência nos autocuidados só se consegue nestas pessoas com aumento da tolerância à actividade que implica, como sabemos, treino muscular.

2.11. Exercício Físico em contexto da pessoa com alterações do Processo Respiratório e Cinesiterapia Respiratória fazem parte integrante dos currículos académicos dos Enfermeiros de Reabilitação sendo também temáticas abordadas em diversas Dissertações de Mestrado.

3. CONCLUSÃO

Face ao exposto, o Enfermeiro Especialista em Enfermagem de Reabilitação tem competência científica e técnica para, de forma autónoma, planear, executar e avaliar intervenções terapêuticas de Enfermagem de Reabilitação em diferentes contextos, nomeadamente, nas áreas de promoção da saúde, prevenção de complicações e/ou incapacidades secundárias, tratamento e reabilitação, maximizando o potencial da pessoa e minimizando sequelas.

Neste sentido, considera a Mesa do Colégio da Especialidade de Enfermagem de Reabilitação que o treino de exercício em contexto de Reabilitação Respiratória, bem como cinesiterapia respiratória e o treino de técnicas de gestão de energia fazem parte dos percursos formativos e são competências e intervenções autónomas dos Enfermeiros Especialistas em Enfermagem de Reabilitação, como aliás está



MESA DO COLÉGIO DA ESPECIALIDADE DE ENFERMAGEM DE REABILITAÇÃO

descrito no Guia Orientador de Boa Prática – Reabilitação Respiratória realizado pela Ordem dos Enfermeiros e publicado em 2018.

Nos termos do n.º 5 do Artigo 42º do Estatuto da Ordem dos Enfermeiros publicado no Decreto-Lei n.º 156/2015, de 16 de Setembro, este parecer é vinculativo.

Relatores(as)	MCEER
Aprovado na reunião Ordinária do dia 09.11.2020	

○ Presidente da MCEE de Reabilitação

Luis Gaspar