

PPGES

PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM
ENSINO NA SAÚDE



GUIA DE ACOLHIMENTO AO ESTUDANTE DE FISIOTERAPIA



THAÍSA PAIVA DE OLIVEIRA

DIONE MARÇAL LIMA

ALESSANDRA VITORINO NAGHETTINI

GOIÂNIA, 2017

PPGES

PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM
ENSINO NA SAÚDE

Este manual é proveniente do produto técnico da pesquisa de Mestrado intitulada: **“O Ambiente Educacional em um curso de Fisioterapia: percepção discente”**.

Este manual foi confeccionado para que os discentes sintam-se acolhidos pela Instituição (UNICERRADO), conheçam um pouco mais sobre o curso de fisioterapia e evitem o estresse no ambiente educacional.

UNIVERSIDADE FEDERAL DE GOIÁS

Faculdade de Medicina

MESTRADO PROFISSIONAL EM ENSINO NA SAÚDE

Rua 235 esq. com 5ª Avenida s/n Setor Universitário - Goiânia Goiás CEP.: 74605-050

Tel: (62) 3209-6247

Site: <https://ensinosaude.medicina.ufg.br/>

Email: thaisa_paiva@yahoo.com.br

PPGES

PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM
ENSINO NA SAÚDE

CONHEÇA MELHOR SOBRE A PROFISSÃO QUE VOCÊ ESCOLHEU...

O FISIOTERAPEUTA

É um profissional de saúde, com formação acadêmica superior, habilitado a construir o diagnóstico funcional dos distúrbios decorrentes de disfunções orgânicas diversas (Diagnóstico Fisioterápico).

CONDUTA FISIOTERÁPICA

A prescrição das condutas fisioterápicas e o acompanhamento da evolução do quadro clínico funcional e as condições para alta do serviço são de responsabilidade exclusiva deste profissional.

O CURSO DE FISIOTERAPIA TEM DURAÇÃO DE 5 ANOS.

AO FINAL DO CURSO VOCÊ PODERÁ OPTAR PELAS SEGUINTE
ÁREAS DE ATUAÇÃO:



TERAPIA MANUAL

Consiste em utilizar as mãos para estimular reparos no organismo



ORTOPEDIA E TRAUMATOLOGIA

Alivia dor, reestabelece funções músculo-esqueléticas, fortalece a musculatura e previne novas alterações



PEDIATRIA

Cuida da qualidade de vida infantil em diversas áreas de acometimento.



GERONTOLOGIA

Promove um envelhecimento saudável.



FISIOTERAPIA DO TRABALHO

Prevenir, resgatar e manter a saúde do trabalhador



RESPIRATÓRIA

Tratamento específico para alterações funcionais do sistema respiratório



CARDIOLOGIA

Atua em alterações do sistema cardiovascular.



DERMATOFUNCIONAL

Previne e trata disfunções de origem estética

PPGES

PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM
ENSINO NA SAÚDE



NEUROLOGIA

Analisa os déficits neurológicos e determina o tratamento adequado para cada caso.



DESPORTIVA

Garante resultados funcionais positivos em tratamento de atletas



ACUPUNTURA

Técnica oriental capaz de ajustar canais energéticos, chamados de meridianos, de acordo com o equilíbrio de YIN e YANG, promovendo o equilíbrio do organismo.



UROGINECOLÓGICA

Tem como objetivo o fortalecimento do assoalho pélvico



REUMATOLOGIA

Consiste em tratamento de patologias crônico-degenerativas



PERÍCIA JUDICIAL

Correlaciona a doença com a função laboral corroborando nas perícias judiciais



REEDUCAÇÃO POSTURAL

Consiste em ajustamentos posturais para reorganização dos segmentos do corpo



TERAPIA INTENSIVA

Auxilia na manutenção das funções vitais de diversos sistemas corporais, reduzindo a chance de possíveis complicações clínicas



ONCOLOGIA

Preserva, mantém, desenvolve e restaura a integridade cinético-funcional de órgãos e sistemas e previne distúrbios provenientes do tratamento oncológico



ORTÓPTICA

Ramo auxiliar da oftalmologia que trata de distúrbios sensoriais e motores da visão



AQUÁTICA

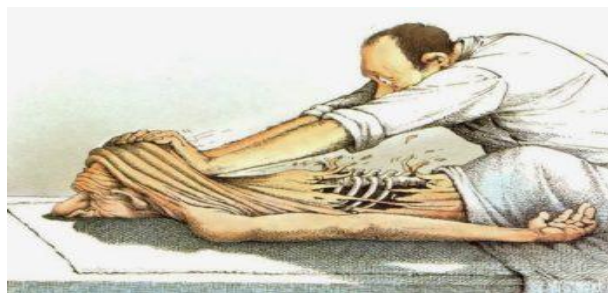
Utiliza as propriedades terapêutica da água em diversas disfunções corporais

**ENTRE
OUTRAS...**

FONTE: wp.clicrbs.com.br/alongue-se/tag/dia-do-fisioterapeuta/?topo=84,2,18,,84.

Durante a trajetória acadêmica é comum lidar com situações de estresse no ambiente educacional...

SAIBA QUE O ESTRESSE
É UM FATOR MUITO
COMUM ENTRE
ESTUDANTES DO
CURSO DE
FISIOTERAPIA...



FONTE: <https://it.pinterest.com/pin/5614722785164153>

PPGES

PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM
ENSINO NA SAÚDE

Este manual pode lhe oferecer algumas dicas para ajudar a minimizar o estresse durante o curso!!

DICAS PARA EVITAR O ESTRESSE

TENHA UMA AGENDA



- ANTECIPE OS IMPREVISTOS: deixe em sua agenda um período de tempo para possíveis imprevistos, caso contrário seu planejamento pode ser ineficaz. Se for o caso de engarrafamento ou fila de banco, aproveite este tempo para fazer ligações ou leitura, desta forma você antecipa outras atividades.
- Valorize cada minuto do seu tempo e não perca tempo navegando na internet por exemplo.
- Caso tenha dupla jornada, lembre-se de colocar todos os seus compromissos, de trabalho, de estudo e de família na agenda para evitar compromissos simultâneos
- Administre seus horários e simplifique seu dia.

NÃO DEIXE PARA A ÚLTIMA HORA



- Ao ordenar seu calendário de compromissos, não adie compromissos para utilizar o tempo com compromissos sem importância. Tenha foco para alcançar sua meta.
- O tempo deve ser administrado com cuidado, visto que imprevistos podem acontecer e devem ser considerados.
- Cuidado para não tornar-se escravo do tempo ao protelar compromissos.

NÃO PERCA A MOTIVAÇÃO



- PENSE NO SEU FUTURO: suas ações no presente serão determinantes para seu futuro. Apesar dos desafios, você colherá os frutos de sua persistência.
- Escolha o curso superior de sua preferência e se sentirá motivado durante as aulas.
- Receba críticas e transforme-as em motivação, visto que este processo de aprendizado é cercado de desconstruções e reconstruções. Não desanime.

PPGES

PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM
ENSINO NA SAÚDE

DICAS PARA EVITAR O ESTRESSE

CONHEÇA MELHOR SEU AMBIENTE EDUCACIONAL



- Conhecer o funcionamento da Instituição de Ensino onde você estuda e as pessoas ao seu redor é fundamental, desta forma aumenta a segurança sobre suas atitudes, melhora seu relacionamento com os colegas, professores e com a própria Instituição.
- Mantenha um bom convívio com seus colegas e com os professores, para manter o ambiente de ensino mais saudável, e com menos estresse.
- Mostre seu potencial e participe das aulas, aproveite a oportunidade de aprendizado. O professor universitário não irá forçá-lo a permanecer na sala de aula. O seu compromisso não é com o professor e sim com seu futuro. As cobranças que você fará a si mesmo, por não cumprir seus compromissos acadêmicos, podem gerar estresse.

FORME GRUPOS DE ESTUDO



- Desta forma você se sentirá mais integrado com seus colegas e com o conteúdo das disciplinas
- Mantenha o foco no estudo, senão este momento não renderá resultados.
- Encontre um bom lugar para estudar.
- Defina o tempo que será disponibilizado e aproveite bem esse momento.

CONVERSE COM OS PROFESSORES



- Tire suas dúvidas no momento em que elas surgirem e proporcione a você uma aprendizagem completa.
- Exponha suas dificuldades.
- Não tenha receio de conversar com os professores, eles são seus aliados na busca pelo conhecimento.
- Evite atritos com seus colegas e professores, exponha suas ideias de forma pacífica e contribua para um ambiente educacional harmonioso.
- Resolva suas questões com calma e evite momentos de estresse.

PPGES

PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM
ENSINO NA SAÚDE

DICAS PARA EVITAR O ESTRESSE

CUIDE DE SUA SAÚDE



- **DURMA:** aproveite seu momento de descanso, isso é essencial para o bom funcionamento do seu organismo, além disso, aumenta a disposição para as atividades do cotidiano.
- **ALIMENTE-SE DE FORMA BALANCEADA:** desta forma você oferece variedades de nutrientes fundamentais para as atividades celulares, e adquire energia para se manter ativo e com saúde
- **FAÇA ATIVIDADE FÍSICA:** o tempo destinado para a atividade física muitas vezes é substituído por outra atividade que você considera mais importante, porém sua vitalidade pode ser comprometida.

TENHA MOMENTOS DE LAZER



- **SAIA COM OS AMIGOS:** aumente seu ciclo de amizades, participe de momentos de descontração e alegria, minimizando a carga de estresse.
- **PROGRAME ATIVIDADES EM FAMÍLIA:** a família é o seu suporte, portanto momentos em família podem ser fundamentais para você se manter motivado a enfrentar os obstáculos.
- **ATIVIDADES CULTURAIS:** essas atividades são alternativas interessantes para sair da rotina, cinema, artes, shows, teatro podem proporcionar momentos de felicidade.

PROCURE RESOLVER SEUS PROBLEMAS DA MELHOR FORMA



- **SEJA PERSISTENTE:** não desista facilmente dos seus objetivos, toda vitória é conquistada com muita luta, não desista sem tentar, acredite que você é capaz e vença os desafios colocados em sua trajetória, no final você se tornará uma pessoa mais preparada.
- **PROCURE AJUDA PROFISSIONAL:** caso não consiga resolver seus problemas busque ajuda de um profissional, ele poderá auxiliá-lo a encontrar formas viáveis de solucionar suas questões pendentes.
- **SEJA BEM HUMORADO PERANTE AS DIFICULDADES:** Se algo lhe parece impossível ou sem solução no trabalho ou na faculdade, respire fundo e não se desespere, após esgotar as possibilidades para resolver o problema, lembre-se que você também pode falhar: permita-se ser feliz mesmo assim.

PPGES

PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM
ENSINO NA SAÚDE

*Fisioterapeutas são anjos que nos ajudam.
Nos ajudam a entender que, apesar da queda,
sempre nos ajudarão a levantar.
Nos ajudam a redescobrir os valores da vida,
quando tudo parece estar perdido.
A ter paciência diante dos obstáculos.
A resgatar o amor próprio e a força de vontade.
A reconhecer que o corpo humano é algo espetacular.
Nos ajudam a perceber que a dor se torna frágil diante de suas mãos e a acreditar que as cicatrizes
são marcas de grandes vitórias.
A fortalecer, repotencializar e reeducar não só o nosso corpo, mas também a alma!
A resolver deficiências. A acreditar que Deus existe!
A relaxar mesmo depois de um dia muito difícil.
A encher os pulmões de esperança! A drenar e expirar o sofrimento.
A viver o presente, sem temer o futuro. A alcançar a independência.
A prevenir a doença, tratar o corpo e recuperar a auto-estima.
A utilizar os elementos da natureza a nosso favor.
A acreditar que o mais simples toque de suas mãos faz toda a diferença.*

Autora: Fernanda Póvoa