

2017-04-14 19:22:52

<http://justnews.pt/noticias/partilha-de-diferentes-perspetivas-sobre-a-prescricao-de-exercicio-fisico>



Partilha de diferentes perspetivas sobre a prescrição de exercício físico

A prescrição de exercício físico é o tema central das XV Jornadas da Sociedade Portuguesa de Medicina Desportiva, que se realizam dia 20 de maio, no Anfiteatro da Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Lisboa.

Interdisciplinaridade

O programa do evento contempla a realização de uma mesa redonda sobre "Promoção da Atividade Física". Além de Pedro Teixeira, diretor do Programa Nacional para a Promoção da Atividade Física da Direção-Geral da Saúde, nesta sessão serão dadas as perspetivas dos médicos de Medicina Geral e Familiar e de Medicina Desportiva, bem como do fisioterapeuta e do fisiologista do exercício.



Jorge Ruivo.

A moderação desta mesa redonda cabe a Jorge Ruivo, médico internista do Hospital de Santa Maria - Centro Hospitalar Lisboa Norte e diretor da Clínica das Conchas, entidade que lançou, no início deste ano, um novo projeto que visa exatamente apoiar o aconselhamento de exercício físico nos cuidados de saúde primários.

De acordo com o responsável, esta ideia surge no âmbito da "filosofia da Clínica das Conchas, que assenta na interdisciplinaridade. Os nossos médicos de Medicina Desportiva trabalham em sintonia com fisioterapeutas e técnicos de exercício físico, ficando entregue a estes últimos a responsabilidade de prescrever exercício físico."

Desta forma, o médico aconselha o doente "e traça linhas gerais, indicações, contra-indicações e limitações da metodologia de exercício físico a aplicar para o profissional de saúde".

"Prescrever exercício físico é mais complexo"

As XV Jornadas da Sociedade Portuguesa de Medicina Desportiva têm início com duas conferências sobre "O aconselhamento breve em atividade física nos cuidados de saúde primários" e "A interação dos cuidados de saúde com os recursos comunitários e profissionais de exercício físico". Os temas serão desenvolvidos, respetivamente, por Sara Madeira, médica de família da USF Mactamá (ACeS Sintra) e por Paulo Beckert (Clínica CUF Alvalade).



José Luís Themudo Barata.

A conferência de encerramento, intitulada "A atividade física na formação médica pré e pós-graduada", será proferida por José Luís Themudo Barata, diretor do Serviço de Nutrição e Atividade Física do Centro Hospitalar da Cova da Beira – Hospital Pêro da Covilhã.

Em entrevista à Just News, publicada no Jornal Médico, o médico salienta que "a maioria das doenças crónicas e das suas complicações deve-se ao estilo de vida errado. Bastava apostar na mudança de comportamentos para se ter melhor saúde e menos custos com estas patologias preveníveis." Contudo, como refere, "é uma área que não dá dinheiro".

"Passar medicamentos para se fazer a determinados períodos de tempo é simples, prescrever exercício físico é mais complexo", aponta José Themudo Barata.

Sensibilizar os médicos para "saberem mais sobre Medicina Desportiva"

O diretor do Serviço critica o facto de nem as faculdades de Medicina estarem a apostar na formação em Nutrição e Atividade Física. "Felizmente, na UBI, já temos esta cadeira, que é anual e obrigatória, lecionada por mim, contando tanto como Cardiologia ou Pneumologia, entre outras".

Mas a realidade nacional, e até mundial, é diferente. "É uma vergonha que não se tenha mais médicos com conhecimento suficiente para prescrever exercício físico, tendo em conta os benefícios do mesmo, já mais que comprovados cientificamente."

E acrescenta: "Os médicos de Medicina Geral e Familiar deviam ser os primeiros a fazer esta prescrição, devendo existir uma consulta anual de manutenção da saúde, a fim de orientar e aconselhar os doentes a ter um estilo de vida saudável."

Para José Themudo Barata, "não basta formação, é preciso sensibilizar os médicos para a importância destas consultas e de saberem mais sobre Medicina Desportiva".



*Partilhar informação,
Mais informação,
Melhor informação,
em **Saúde**.*

Notícias exclusivas

Diariamente, de 2.^a a domingo, informação atual e relevante!

Subscrever
newsletter