Diário de Notícias

Alunos do Politécnico de Castelo Branco desenvolvem projectos de fisioterapia on-line

Alunos do Politécnico de Castelo Branco desenvolvem projectos de fisioterapia on-line

AGÊNCIA LUSA / 16 MAI 2020 / 06:00 H.

dnoticias.pt

Alunos do Instituto Politécnico de Castelo Branco (IPCB) desenvolveram um conjunto de projetos para prestação de cuidados de fisioterapia, que garantem o distanciamento social e que estão adaptados à situação de pandemia da covid-19, foi hoje anunciado.

O encerramento ou acesso condicionado a serviços de saúde privados e públicos, associado à suspensão da procura de cuidados de saúde de alguns utentes por receio de contágio, levou os alunos finalistas da licenciatura em Fisioterapia da Escola Superior de Saúde Dr. Lopes Dias (ESALD) a desenvolverem um conjunto de projetos, com objetivo de encontrar soluções para a prestação de cuidados de fisioterapia adaptados à atual situação de pandemia.

"Estas condicionantes levaram à procura de soluções alternativas ao modelo habitual de prestação de cuidados de fisioterapia, que normalmente exigem grande proximidade e contacto físico entre profissionais e utentes", explica, em comunicado, o IPCB.

Este desafio levou os alunos de fisioterapia à criação de soluções baseadas em ferramentas digitais.

Entre os projetos desenvolvidos, destaca-se o "Quebra a Tua Rotina - 6 minutos contra o sedentarismo", que tem como público-alvo estudantes do ensino superior a nível nacional e cujo objetivo é implementar um programa de exercícios, de maneira a diminuir os comportamentos sedentários destes jovens.

Já o "LowBackPhysio" destina-se a trabalhadores com idade igual ou superior a 18 anos e que apresentam dor lombar não específica.

Tem como principal objetivo responder às necessidades destes trabalhadores, avaliando os resultados de uma intervenção em fisioterapia à distância.

Após esta avaliação, é criado um grupo fechado na rede social 'Facebook', onde os participantes têm acesso a um programa de quatro semanas, três vezes por semana, tendo cada sessão uma duração de 20 minutos.

O projeto "Physio4Home" é uma solução para manter o seu regime de atividade, através do exercício em casa, destinado a pessoas diagnosticadas com Osteopenia/Osteoporose, com Patologia Respiratória ou com Dor Lombar Crónica.

Trata-se de um projeto em plataforma digital (Facebook), de acesso gratuito.

O "Fisioterapia na Saúde Ocupacional" é um projeto de ginástica laboral 'online' destinado a empresas ou trabalhadores por conta própria.

O objetivo é prevenir e reduzir o impacto das lesões músculo-esqueléticas relacionadas com o trabalho e as lesões por esforços repetidos.

Tem por base um programa de quatro semanas com exercícios fornecidos através de plataformas digitais, vídeos com uma duração de cinco minutos.

Os estudantes da ESALD desenvolveram ainda mais dois projetos, um programa de telerreabilitação em utentes com Fibromialgia e outro destinado a acompanhar jovens mães no período do pós-parto.