

PERFIL DE COMPETÊNCIAS FISIOTERAPEUTA NO DESPORTO



ÍNDICE

Definição e Descrição do Fisioterapeuta no Desporto	4
Perfil de Competências do Fisioterapeuta no Desporto	6
Área de Competência : Prática Clínica / Intervenção	7
Competência 1: Prevenção de Lesões	8
Competência 2: Cuidados Imediatos	13
Competência 3: Ciclo de Intervenção	19
Competência 4: Optimização do Desempenho Desportivo	25
Área de Competência : Educador	28
Competência 5: Promotor de um Estilo de Vida Activo e Seguro	29
Área de Competência : Líder Profissional	33
Competência 6: Aprendizagem ao Longo da Vida	34
Competência 7: Profissionalismo e Liderança	37
Área de Competência : Inovador	40
Competência 8: Investigação	41
Área de Competência : Líder Profissional -Inovador	44
Competência 9: Promotor de Boas Práticas	45
Área de Competência : Inovador-Educador	48
Competência 10: Desenvolvimento da Melhor Prática	49
Área de Competência : Líder Profissional - Educador	52
Competência 11: Promotor do Fair-Play e Práticas Anti-Doping	53

Este documento foi traduzido, adaptado e publicado em português pelo Grupo de Interesse em Fisioterapia no Desporto da Associação Portuguesa de Fisioterapeutas. O seu conteúdo original faz parte do documento *Sports Physiotherapy Competencies and Standards* desenvolvido pela *International Federation of Sports Physical Therapy - IFSPT*.



Tradução e Revisão
Luis Gomes, André T. Ruivo e Marco Jardim

Para citação e referência utilizar:

Gomes, L., Ruivo, AT. Jardim, M. (2019). Perfil de Competências do Fisioterapeuta no Desporto. *Grupo de Interesse em Fisioterapia no Desporto [online]* Disponível em: <https://gifdapf.wixsite.com/gifd/competencias>

Junho 2019

Definição e Descrição do Fisioterapeuta no Desporto

Fisioterapeuta no Desporto: Definição

O fisioterapeuta no desporto é um profissional reconhecido que demonstra competências avançadas na promoção e na prática segura da atividade física em geral, na educação e adaptação da intervenção e do treino, com o objetivo de prevenir lesões, restaurar a função e contribuir para a optimização do desempenho desportivo de atletas de todas as idades e capacidades¹, baseando-se em elevados padrões de prática e ética profissional.

Fisioterapeuta no Desporto: Descrição

Os fisioterapeutas no desporto são profissionais qualificados cujo desenvolvimento profissional deve passar por uma qualificação académica ao grau de mestre². Os fisioterapeutas no desporto trabalham com atletas de todas as idades e capacidades, tanto a nível individual como a nível coletivo, com o intuito de prevenir lesões, restaurar a função e contribuir para a melhoria do desempenho desportivo, através do conhecimento, capacidades e atitudes específicas da área do desporto com o objetivo de desenvolver uma prática clínica de qualidade.

Os fisioterapeutas no desporto são profissionais pioneiros na sua área, avaliando criticamente e desafiando a própria prática, desenvolvendo novo conhecimento através da investigação e difundindo conhecimento pelos pares de forma a operar mudanças na prática clínica.

Enquanto líderes na sua área, os fisioterapeutas no desporto influenciam os pares e restantes profissionais a manterem-se actualizados sobre o novo conhecimento e atentos à inovação, criando um ambiente profissional propício à aprendizagem profissional e à implementação de uma prática clínica baseada na melhor evidência disponível. Os objetivos dos fisioterapeutas no desporto caracterizam-se pela promoção e participação na atividade física de forma segura, promoção da profissão junto da população e sociedade em geral e facilitar a mobilidade internacional de fisioterapeutas. Enquanto educadores e aconselhadores a diversos níveis, integram e utilizam o conhecimento e a inovação - na resolução de problemas (nível micro),

¹ A ideia de "atletas de todas as idades e capacidades" é descritiva dos grupos específicos dentro da população, como por exemplo, crianças, adolescentes e indivíduos idosos, assim como, indivíduos com disfunções que limitam a participação. É também descritiva dos diferentes níveis desportivos, isto é, distingue atletas recreacionais de atletas de competição, assim como, as diferentes subcategorias dentro destes.

² É importante realçar que os fisioterapeutas no desporto desenvolvem as competências fundamentais durante a sua licenciatura em fisioterapia. A nível internacional, um fisioterapeuta com qualificação académica de Mestre (Grau de Mestre em Fisioterapia no Desporto) é reconhecido como o nível mínimo para ser considerado especialista em fisioterapia no desporto. É ainda aceite, e recomenda-se, que os fisioterapeutas no desporto, possam obter nível de doutoramento ou de pós-doutoramento.

como prestadores de serviços (nível meso) e como profissionais influentes na mudança de políticas de saúde (nível macro).

Os fisioterapeutas no desporto baseiam sempre o seu raciocínio e comportamento de forma compreensível e sensível relativamente ao impacto e às consequências de uma lesão no atleta e nos elementos que o rodeiam. Os fisioterapeutas no desporto são autónomos no processo de tomada de decisão, assegurando o seu papel de prestador de cuidados ao atleta num contexto propício a potenciais conflitos de interesse.

Perfil de Competências do Fisioterapeuta no Desporto

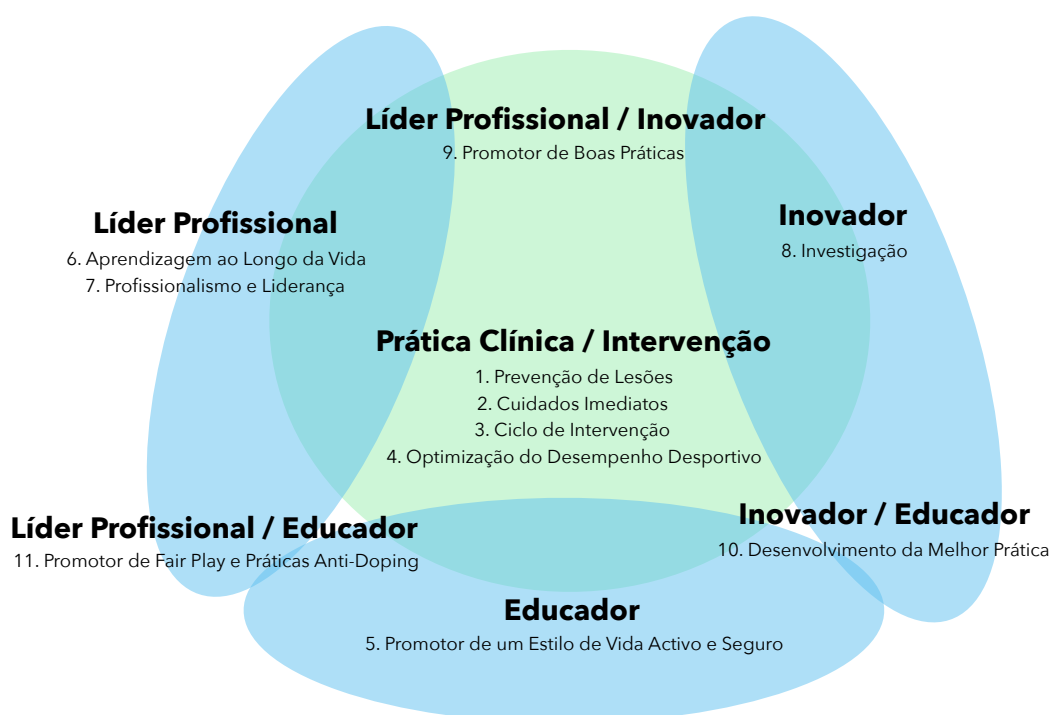
Descrição

O Perfil de Competências do Fisioterapeuta no Desporto foi descrito com base em diferentes Áreas de Competências (Figura 1). No total, o processo considerou a definição de 11 Competências e respectivas Sub-Competências, sendo que estas últimas, correspondem às características necessárias para o fisioterapeuta alcançar o nível mínimo de Competências.

As primeiras Competências e respetivas Sub-Competências estão relacionadas com a Área de Competência - **Prática Clínica / Intervenção**. Esta competência está relacionada com os atributos do fisioterapeuta no desporto enquanto, educador, líder profissional e empreendedor/ inovador.

Durante a elaboração do documento considerou-se que as Competências e Sub-Competências seriam flexíveis, tendo em vista a variabilidade entre países. Ou seja, o documento devia considerar versatilidade no sentido de permitir a inclusão de qualquer indicador relevante e específico de acordo com as realidades e cultura de cada país. Nesse sentido, o presente documento já considera as especificidades adequadas à realidade da fisioterapia e dos fisioterapeutas portugueses.

Figura 1 - Competências do Fisioterapeuta no Desporto





Área de Competência : Prática Clínica / Intervenção

O fisioterapeuta no desporto está envolvido na gestão diária dos atletas. Essa gestão considera-se a dimensão da Intervenção ou Prática Clínica do fisioterapeuta, que inclui vários atributos, e estão relacionadas com quatro Competências.

As duas primeiras são a **Prevenção de Lesões** e **Cuidados Imediatos**. A terceira diz respeito ao **Ciclo de Intervenção**, ou seja, o período compreendido entre a lesão e o retorno à função, participação e/ ou desempenho óptimo durante a atividade física, exercício e/ ou desporto. Por fim, a **Optimização do Desempenho Desportivo**, que descreve a contribuição do fisioterapeuta no desporto para a melhoria das condições físicas que permitam ao atleta atingir o seu melhor desempenho. Todas estas competências têm por base uma prática baseada na evidência. Isto envolve pesquisa, análise crítica e síntese da informação que permitam a aplicação da evidência mais atual na prática clínica do fisioterapeuta no desporto.

Competência 1: Prevenção de Lesões



O fisioterapeuta no desporto avalia o risco de lesão dos atletas associado à participação no desporto ou atividade física. Informam e educam os atletas e outros profissionais com o objetivo de prevenir a ocorrência e a recorrência de lesões.

Contexto

- As atividades de prevenção de lesões podem ocorrer num contexto de prática clínica, treino ou competição;
- Na maioria das vezes, os fisioterapeutas no desporto trabalham num contexto multidisciplinar, onde a sua avaliação contribui para o desenvolvimento de um perfil completo do atleta.

Responsabilidades:

- Avaliar o risco de lesão, deve incluir a:
 - Capacidade da avaliação do desempenho físico, emocional e psicológico do atleta;
 - Capacidade de verificar a influência de fatores como a idade, das patologias/ disfunções, lesões anteriores, limitações biomecânicas e psicossociais associadas;
 - Capacidade de verificar as exigências do desporto/modalidade específica ou exercício;
 - Capacidade de verificar a influência ou impacto do meio ambiente e/ ou equipamento associado ao desporto/modalidade específica ou exercício;
- Desenvolver uma atitude profissional sobre o treino com o objetivo de potencializar, de forma segura, a capacidade de desempenho do atleta³, num contexto da prática da atividade física e desporto;
- Proporcionar e facilitar as capacidades de movimento dos atletas;
- Educar e aconselhar o atleta e outros profissionais acerca dos riscos associados ao ambiente da prática desportivas e equipamentos;
- Estar a par do novo conhecimento de forma contínua e sistematizada, permitindo a integração no processo de tomada de decisão.

³ Capacidade física do atleta para realizar um desporto ou atividade física no que diz respeito às exigências fisiológicas, biomecânicas e psicológicas, específicas do mesmo.

Interpretações específicas nacionais:

- Em conformidade com o documento original.

Sub-Competências: Prevenção de Lesões

Dimensão A - Conhecimento e Compreensão

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 1A: 1-Analisar os efeitos do exercício e do treino associados à actividade desportiva, quer na anatomia, fisiologia, biomecânica e disfunções do movimento, nos diferentes contextos desportivos.
- 1A: 2-Utilizar o conhecimento científico e da especificidade da actividade desportiva para descrever os mecanismos de lesão e da sua severidade, nos diferentes contextos desportivos.
- 1A: 3-Compreender os fatores de risco intrínsecos e extrínsecos relacionando-os com a atividade desportiva nas diferentes populações.
- 1A: 4-Compreender a incidência e prevalência das lesões relacionadas com actividade desportiva nas diferentes populações e contextos desportivos.
- 1A: 5- Analisar o possível impacto das regras, regulamentos e equipamentos específicos da actividade desportiva no risco de lesão, nos diferentes contextos desportivos.
- 1A: 6- Conhecer e compreender o efeito de agentes farmacológicos e estado nutricional do atleta no risco de lesão.
- 1A: 7- Manter um conhecimento atualizado acerca de agentes farmacológicos e nutricionais utilizados para a prevenção de lesões e retorno à competição, incluindo os seus efeitos, riscos e posição nos regulamentos anti-doping.
- 1A: 8- Identificar instrumentos e protocolos de avaliação utilizados para definir perfis de desempenho e de risco de lesão (por exemplo, testes funcionais ou de desempenho físico).
- 1A: 9- Identificar planos de intervenção com o objetivo de minimizar o risco de lesão em diferentes contextos desportivos (por exemplo, equipamento, ligaduras funcionais ou taping...)
- 1A: 10- Compreender o significado social da participação no desporto e no exercício, e o impacto das lesões quer nos atletas quer nos restantes elementos envolvidos.
- 1A: 11- Discutir a necessidade de uma participação activa do atleta no plano de intervenção, tendo em conta factores como a motivação, adesão ao plano e estratégias de coping utilizadas.
- 1A: 12- Identificar fatores de riscos para identificação de situações de adição de exercício e sobre-treino, e o seu efeito na saúde e no desempenho do atleta.

Dimensão B - Capacidade Crítica e Reflexiva

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 1B: 1- Analisar as capacidades específicas da atividade desportiva e desenvolver testes de campo apropriados e com capacidade de prever a resposta do atleta em diferentes contextos desportivos.
- 1B: 2- Analisar criticamente a evidência sobre os princípios e as técnicas de avaliação e intervenção utilizadas para minimizar o risco de lesão.
- 1B: 3- Integrar de forma contínua novo conhecimento científico (evidência) e estabelecer princípios e metodologias de prevenção de lesões.

Dimensão C - Recolha de Informação

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 1C: 1- Recolher informação subjetiva do atleta de forma a identificar fatores físicos e psicossociais sugestivos de um aumento do risco de lesão.
- 1C: 2- Recolher e analisar informação acerca da experiência anterior de cada atleta em dor aguda ou crónica.
- 1C: 3- Realizar uma avaliação específica e prévia à participação desportiva, utilizando instrumentos válidos para avaliar a amplitude e controlo de movimentos específicos da actividade desportiva, em diferentes contextos desportivos.
- 1C: 4- Desenvolver e aplicar testes funcionais específicos da atividade desportiva com o objetivo de avaliar o risco de lesão em diferentes contextos desportivos.
- 1C: 5- Comunicar com a equipa multidisciplinar, obtendo informações acerca de programas de prevenção de lesões utilizados e sugeridos por outros profissionais.

Dimensão D - Raciocínio Clínico e Tomada de Decisão

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 1D: 1- Utilizar conhecimento avançado sobre padrões de movimento normal e mecanismos de lesão mais comuns, de forma a interpretar os níveis de exigência a que o organismo está sujeito, nos diferentes contextos desportivos.
- 1D: 2- Avaliar e interpretar o risco de lesão nos diferentes contextos desportivos, considerando a individualidade e a especificidade da actividade desportiva a e integrando a seguinte informação sobre o atleta:
 - Capacidade física e psicológica para a desempenho desportivo;
 - Diferença entre carga e capacidade de adaptação à carga;
 - Influência de factores como a dor, história de lesão anterior, idade, pré-existência ou coexistência de qualquer outra condição, e limitação funcional;

- Requisitos específicos da actividade desportiva ou do exercício, incluindo o risco de lesões de sobre-treino ou sobre-carga;
- Potencial impacto do meio ambiente ou do equipamento desportivo;
- Ética profissional na prestação de cuidados ao atleta (tratamento).

Dimensão E - Capacidades Técnicas e Psicomotoras

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 1E: 1- Comunicar de forma efetiva na educação do atleta sobre o risco de lesão e aumentar a sua motivação para a participação nos programas de prevenção de lesões.
- 1E: 2- Desenvolver programas de intervenção apropriados para reduzir o risco de lesão do atleta nos diferentes contextos desportivos, tais como:
 - Condição física geral, treino de força e treino da capacidade aeróbia;
 - Fatores que afetam o controlo muscular;
 - Alongamento muscular adequado;
 - Ligaduras funcionais, taping e ortóteses;
 - Agentes físicos;
 - Treino para desenvolver e melhorar a capacidade de movimento do atleta;
- 1E: 3- Providenciar programas de treino e programas educacionais para a prevenção de lesões em atletas de diferentes níveis e capacidades, bem como, para outros profissionais e indivíduos.
- 1E: 4- Reconhecer as competências práticas e a expertise de outros profissionais, proporcionando a partilha de informação.
- 1E: 5- Informar e aconselhar adequadamente os atletas e outros profissionais, relativamente à utilização de agentes farmacológicos e nutricionais na prevenção de lesões e/ ou no retorno à competição.

Dimensão F - Evolução e Modificação

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 1F: 1- Avaliar a efetividade de intervenções cujo objetivo é reduzir o risco de lesão, usando instrumentos de medida apropriados.
- 1F: 2- Interpretar de forma eficaz os resultados dos instrumentos de medida e avaliações efetuadas, tendo sempre em conta as limitações dos instrumentos de forma a tirar conclusões fundamentadas (por exemplo, modificar o plano de intervenção).

Dimensão G - Especificidade Nacional

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- Em conformidade com o documento original.

Competência 2: Cuidados Imediatos

Os fisioterapeutas no desporto são capazes de responder de forma apropriada a lesões ou patologias agudas tanto em contexto de treino como em contexto de competição, integrando a comunicação com outros profissionais de forma a identificar e estabelecer funções e responsabilidades.

Contexto

- A aplicação de cuidados imediatos acontece em contexto de treino e competição ou nos locais de eventos de prática desportiva

Responsabilidades

- Comunicar com toda a equipa clínica e restantes elementos presentes no evento desportivo de forma a identificar e estabelecer responsabilidades e circuitos de comunicação em casos de lesão ou doença;
- Reconhecer os sinais e sintomas de uma lesão ou doença aguda;
- Observar e avaliar considerando a selecção de estratégias e técnicas de avaliação adequadas e efectivas;
- Definir um diagnóstico tendo em conta o local e a severidade da lesão e formular hipóteses clínicas num curto espaço de tempo tendo em em conta:
 - A necessidade de cuidados imediatos adicionais (ex. triagem) e de encaminhamento para profissionais mais apropriados, ou;
 - A segurança inerente à continuação da participação na atividade sob observação;
- Realizar uma intervenção apropriada, baseada na melhor evidência disponível, considerando:
 - Suporte básico de vida e ressuscitação cardio-respiratória;
 - Imobilização do atleta, protegendo-o de lesões adicionais ou agravamento da lesão durante procedimentos de transferências para outros locais ou estruturas de saúde (ex. Hospitais, centros de saúde, etc.)
 - Transmitir toda a informação relevante aos diversos elementos da equipa clínica.

- Utilizar as estratégias necessárias para garantir a proteção do direito do atleta à privacidade e confidencialidade nos diferentes contextos, incluindo a intervenção durante a competição e a comunicação com os meios de comunicação.

Interpretações Específicas Nacionais

- Diferentes países e organizações podem requerer qualificações específicas relacionadas com a ressuscitação cardio-respiratória (Disfibrilhação Automática Externa) e competências para a prestação de cuidados imediatos;

Sub-Competências: Cuidados Imediatos

Dimensão A - Conhecimento e Compreensão

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 2A: 1- Prever os efeitos esperados dos diferentes tipos de lesões e doenças agudas / súbitas, na composição e função normal do organismo, utilizando o conhecimento em anatomia, fisiologia, biomecânica, neurofisiologia, fisiopatologia e disfunções do movimento.
- 2A: 2- Compreender o impacto das condições ambientais na função e desempenho de diferentes sistemas do organismo (por exemplo, o impacto das alterações da temperatura e da altitude).
- 2A: 3- Conhecer e compreender os sinais e sintomas das lesões e doenças agudas / súbitas e os protocolos de avaliação mais importantes.
- 2A: 4- Conhecer e aplicar sistemas de classificação da severidade das diferentes lesões e doenças agudas / súbitas, como por exemplo:
 - Da concussão cerebral;
 - De condições extremas de calor e desidratação, e;
 - Das lesões músculo-esqueléticas.
- 2A: 5- Conhecer e compreender as qualificações específicas necessárias na ressuscitação cardio-respiratória e competências para a prestação de cuidados imediatos relevantes para a prática do fisioterapeuta no desporto nos diferentes países e organizações.
- 2A: 6- Identificar as práticas atuais para melhor responder às diferentes lesões e doenças agudas / súbitas, e fundamentar cientificamente a utilização das estratégias de intervenção;
- 2A: 7- Reconhecer as práticas atuais relativas à higiene, práticas e normas de segurança e saúde sobre lesões vasculares, condições hemorrágicas e mecanismos patogénicos transmitidos pelo sangue;

- 2A: 8- Definir critérios individuais e específicos da actividade desportiva relativamente ao retorno à competição após uma lesão e/ou doença aguda / súbita;
- 2A: 9- Reconhecer as funções e responsabilidades de outros profissionais, quer no contexto nacional como internacional;

Dimensão B - Capacidade Crítica e Reflexiva

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 2B: 1- Análise crítica da evidência sobre as melhores práticas na resposta a lesões e doenças agudas / súbitas nos diferentes contextos desportivos, incluindo os protocolos e procedimentos de avaliação e intervenção.

Dimensão C - Recolha de Informação

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 2C: 1- Conhecer e analisar, previamente à realização de exercício ou actividade em particular, os padrões de movimento e de disfunção do movimento associados à actividade desportiva, nos diferentes contextos da prática do desporto;
- 2C: 2- Recolher e reconhecer, previamente à realização de exercício ou actividade em particular, informações relevantes sobre o estado físico do atleta, incluindo a condição física e a coexistência de outras condições.
- 2C: 3- Reconhecer de forma efectiva os sinais e sintomas dos diferentes tipos de lesões e doenças agudas / súbitas, fazendo a distinção entre:
 - Lesões músculo-esqueléticas;
 - Lesões neurológicas;
 - Lesões internas;
 - Doenças agudas / súbitas.
- 2C: 4- Demonstrar capacidades ao nível da recolha e interpretação da informação em situações de lesão ou doença aguda / súbita, incluindo a rápida selecção e aplicação dos testes clínicos mais apropriados;
- 2C: 5- Seleccionar e aplicar estratégias de avaliação sobre a severidade dos sintomas de dor aguda ou exacerbação de dor crónica.

Dimensão D - Raciocínio Clínico e Tomada de Decisão

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 2D: 1- Reunir e sintetizar informação atempadamente com o objetivo de formular um diagnóstico relativo ao tipo e à severidade da lesão ou doença aguda / súbita nos diferentes contextos desportivos. Este diagnóstico deve ser baseado na:
 - Avaliação dos sinais e sintomas;

- Resultados de testes clínicos e avaliações específicas;
- Condição física do atleta previamente à lesão;
- E aplicado a:
 - Lesões músculo-esqueléticas (desde lesões musculares até luxações de grandes articulações ou fracturas de grandes ossos);
 - Lesões neurológicas de origem traumática (desde concussões cerebrais a lesões do sistema nervoso central ou periférico);
 - Traumas sistémicos agudos (tais como, lesões do baço ou contusões renais);
 - Doenças e/ou patologias sistémicas agudas (tais como, patologias provocadas pelo calor ou desidratação).
- 2D: 2- Rápida integração da informação com o objetivo de formular um plano de intervenção apropriado, baseado na avaliação e diagnóstico inicial e no prognóstico esperado. Outras intervenções podem envolver:
 - Continuação da participação na actividade desportiva;
 - Imobilização e transporte para outros locais ou estruturas de saúde (ex. Hospitais, centros de saúde, etc.)
 - Encaminhamento ou referência para outros profissionais.

Dimensão E - Capacidades Técnicas e Psicomotoras

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 2E: 1- Demonstrar de forma regular competências técnicas para iniciar manobras de suporte básico de vida em situações de morte súbita (ver 2G: 1);
- 2E: 2- Desenvolver regularmente novas qualificações relevantes para melhorar as competências ao nível dos primeiros socorros e resposta em situações de emergência, procedimentos de imobilização segura da coluna vertebral, e procedimentos de transferências em segurança usando a um plano rígido (ver 2G: 1).
- 2E: 3- Estar preparado para diferentes contextos, assegurando-se que todos os equipamentos e instrumentos que podem vir a ser necessários estão disponíveis a usar na ocorrência de lesão ou doença aguda / súbita, quer em contexto clínico como no local de treino ou competição.
- 2E: 4- Participar no planeamento, coordenação e intervenção multidisciplinar, que envolva:
 - Comunicação prévia com o atleta, outros profissionais e elementos
 - Negociar funções e responsabilidades em contexto de treino, de competição;

- Reconhecer situações de emergência que requerem capacidade para tomar decisões de forma autónoma.
- 2E: 5- Coordenar eficientemente os meios necessários para estabelecer prioridades e procedimentos para encaminhar ou referenciar atletas lesionados ou doentes para os outros locais ou estruturas de saúde (ex. Hospitais, centros de saúde, etc.) em situações de emergência, incluindo a comunicação com:
 - Tripulantes da ambulância;
 - Profissionais do departamento clínico e/ou especialistas de medicina desportiva;
 - Outros profissionais e restante população / público em geral
- 2E: 6- Apresentar comportamento adequado e seguro durante a entrada no campo / recinto onde ocorreu a lesão ou doença do atleta, respeitando os procedimento e regulamentos em vigor;
- 2E: 7- Seleccionar e aplicar técnicas de imobilização e suporte de forma apropriada, usando equipamentos baseados na melhor evidência disponível (por exemplo, técnicas de aplicação de talas, ligaduras funcionais, taping, ortóteses...).
- Estar informado sobre regulamentos específicos de forma reconhecer os elementos responsáveis pela prestação dos primeiros cuidados aquando a ocorrência de lesão ou doença;
- Tomar decisões sempre de acordo com as recomendações de saúde e segurança, assegurando a proteção necessária a agentes patogénicos transmitidos pelo sangue;
- Adotar estratégias para proteger o direito do atleta à privacidade e confidencialidade, de forma a utilizar essas estratégias numa variedade de situações imprevisíveis;
- Comunicar de forma adequada e apropriada com o atleta e seus pares relativamente a resultados clínicos e à necessidade de avaliação clínica adicional;
- Informar, educar e aconselhar o atleta e seus pares acerca dos sinais e sintomas que indicam o risco de agravamento da condição, se a avaliação clínica adicional não for imediatamente recomendada;

Dimensão F - Evolução e Modificação

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- Reconhecer sinais e sintomas, e realizar os testes necessários de forma a monitorizar continuamente a condição do atleta, mesmo nas situações em que este é encaminhado para outros profissionais, para recuperação ou para o retorno à actividade.

Dimensão G - Especificidade Nacional

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- Desenvolver competências e qualificações necessárias para tomar decisões em situações agudas. Essas competências e qualificações devem ser renovadas sempre que necessário e requerido de acordo com a lei em vigor. Exemplos actuais:
 - Austrália: Extremamente recomendado que os fisioterapeutas no desporto completem o curso “Sports Medicine Austrália Sports First Aid” e que renovem a certificação a cada três anos;
 - Holanda: Consultar os critérios de registo holandeses para fisioterapeutas no desporto;
 - Itália: A formação em procedimentos de primeiros-socorros e situações de emergência não é obrigatória para os fisioterapeutas no desporto;
 - Portugal: Os fisioterapeutas no desporto não são responsáveis pela prestação de primeiros socorros;
 - Suíça: O ensino e treino de primeiros socorros e emergência faz parte da aprendizagem da licenciatura em fisioterapia;
 - Reino Unido: Nível básico - Suporte Básico de Vida e primeiros socorros tal como solicitado pela “Association of Chartered Physiotherapists in Sports Medicine” (renovação da certificação a cada três anos);
 - EUA: “American Heart Associate Healthcare Provider Basic Life Support” (renovação a cada dois anos); “American Red Cross First Responder Course” (renovação a cada três anos).
 - Nota: Para realizar uma prática profissional a nível internacional, os requisitos organizacionais e internacionais devem ser cumpridos.

Competência 3: Ciclo de Intervenção

Através de um raciocínio clínico autónomo e das suas capacidades técnicas, o fisioterapeuta no desporto avalia e estabelece o diagnóstico das lesões e disfunções relacionadas com a prática desportiva, assim como, elabora, implementa, reavalia e modifica a sua intervenção, de acordo com a melhor evidência disponível, tendo como objetivo o retorno do atleta ao melhor nível de desempenho na sua actividade física e/ou desportiva.

Contexto

- O ciclo de intervenção ocorre desde o momento da ocorrência de lesão relacionada com a atividade física e/ou desportiva até ao retorno do atleta ao seu melhor nível de desempenho;
- O ciclo de intervenção ocorre num contexto individual ou de equipa, sempre em conjunto com a equipa multidisciplinar e numa grande variedade de locais, que podem ir desde a prática privada até aos locais de treino.

Responsabilidades

- Avaliar e interpretar a lesão e os processos adjacentes à mesma, através do conhecimento específico sobre:
 - Especificidade do desporto: frequência das lesões associadas, exigências físicas e psicológicas;
 - Mecanismos fisiológicos e psicológicos que ocorrem durante a recuperação;
 - Impacto dos fatores psicossociais nos diferentes contextos do atleta;
 - Impacto da idade ou da existência de outras disfunções ou incapacidade;
 - Conhecimento de intervenções adequadas ou da investigação disponível.
- Seleção e implementação de uma avaliação apropriada da capacidade para a *performance* do atleta ⁴ e eficiência do seu movimento;
- Interpretar a informação acerca de história de lesões ou patologias, e intervenções anteriores ou atuais;

⁴ Capacidade física do atleta para realizar um desporto ou atividade física no que toca à exigência fisiológica, biomecânica e psicológica.

- Elaborar e implementar planos de intervenção individuais tendo sempre por base o conhecimento científico atual e a especificidade da intervenção no desporto;
- Avaliar os resultados da intervenção e das modificações necessárias para a prática;
- Educar e aconselhar acerca da evolução e dos *timings* apropriados para o retorno ao exercício e à prática desportiva;
- Comunicar com a equipa multidisciplinar de forma a assegurar uma abordagem em conjunto e uma troca apropriada de informação, incluindo o encaminhamento sempre que apropriado e assegurando a confidencialidade do atleta;
- Prever os riscos envolvidos na utilização e aplicação de equipamentos e estratégias de forma independente por parte do atleta:

Interpretações Específicas Nacionais

- Em conformidade com o documento original

Sub-Competências: Ciclo de Intervenção

Dimensão A - Conhecimento e Compreensão

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 3A: 1- Reconhecer as exigências específicas do desporto e o seu potencial efeito no processo de dor e recuperação, nos diferentes contextos desportivos.
- 3A: 2- Refletir acerca do impacto da sua história clínica anterior ou co-existent no grau e na qualidade da recuperação tecidular.
- 3A: 3- Identificar o potencial impacto de diversos fatores na recuperação, incluindo:
 - Co-existência e pré-existência de outras condições;
 - Experiência de dor aguda ou crónica;
 - Efeitos de outras intervenções clínicas nos diferentes sistemas do corpo, e;
 - Impacto de complicações no processo de recuperação;
 - Influências psicológicas, sociais e culturais.
- 3A: 4- Conhecer e compreender o impacto biopsicossocial da lesão nos atletas e outros profissionais nos diferentes contextos desportivos.
- 3A: 5- Identificar e seleccionar as estratégias de intervenção, os protocolos de avaliação clínica e de desempenho desportivo mais apropriados para os diferentes contextos.

- 3A: 6- Reconhecer a importância da investigação e da informação recolhida pelos seus pares e restantes profissionais.
- 3A: 7- Identificar os protocolos de intervenção mais recentes utilizados para o retorno à prática desportiva de forma efectiva e segura incluindo os riscos inerentes à sua utilização.

Dimensão B - Capacidade Crítica e Reflexiva

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 3B: 1- Analisar criticamente a evidência mais recente relativamente aos protocolos de avaliação e intervenção e determinar como integra-la na prática clínica.

Dimensão C - Recolha de Informação

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 3C: 1- Recolher a informação existente acerca da condição do atleta, da severidade dos seus sintomas e quais as implicações para a vida diária e participação no exercício ou atividade desportiva.
- 3C: 2- Recolher a história do atleta utilizando questões relevantes de forma cuidada através de uma linguagem adequada aos diferentes contextos desportivos; a história deve incluir informações relacionadas com:
 - Prioridades e objetivos do atleta;
 - Especificidade do desporto ou exercício e o seu contexto;
 - Influência de fatores psicossociais;
 - Co-existência ou pré-existência de condições ou tratamento que possam ter impacto no diagnóstico ou intervenção, e;
 - Outros fatores que influenciem o desempenho, tais como o equipamento, os níveis de hidratação ou nutrição.
- 3C: 3- Avaliar a severidade e a duração da dor aguda ou crónica.
- 3C: 4- Observar e analisar movimentos e/ou gestos específicos do desporto, fundamentais para o retorno do atleta à prática desportiva, nos diferentes contextos desportivos, incluindo:
 - Atividades relacionadas com a lesão original, e;
 - Movimentos e/ou gestos específicos para a função ou posição que o atleta desempenha na equipa.
- 3C: 5- Selecionar e aplicar os testes clínicos e de desempenho mais apropriados para o atleta, para a sua lesão e para a sua modalidade desportiva, nos diferentes contextos desportivos (por exemplo, testes de força, desempenho desportivo, amplitude de movimento e flexibilidade).

Dimensão D - Raciocínio Clínico e Tomada de Decisão

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 3D: 1- Analisar os resultados de testes clínicos e do desempenho desportivo relativamente à especificidade da modalidade desportiva.
- 3D: 2- Interpretar os resultados da avaliação de forma a definir diagnósticos que informem acerca da existência ou desenvolvimento de disfunções ou condições clínicas não relacionadas com o desporto.
- 3D: 3- Definir um diagnóstico clínico e enumerar os principais problemas do atleta que integre a informação resultante de:
 - Análise crítica da evidência mais atual;
 - Resultados da avaliação;
 - Informação relativa a lesões, doenças ou intervenções pré-existentes ou co-existent;
 - Conhecimento acerca da influência de fatores psicossociais no atleta, e;
 - Objetivos específicos do atleta, da equipa e da atividade desportiva.
- 3D: 4- Integrar os objetivos da intervenção com o conhecimento acerca dos mecanismos de recuperação de forma a desenvolver um plano de intervenção individual, baseado na melhor evidência disponível e na especificidade da modalidade desportiva.
- 3D: 5- Considerar a história clínica anterior ou patologias anteriores e atuais na elaboração do plano de intervenção, garantindo que este tem um impacto positivo nos problemas identificados.
- 3D: 6- Realizar julgamentos profissionais acerca dos tempos apropriados para a progressão do atleta na participação na actividade desportiva após lesão ou doença, nos diferentes contextos desportivos.

Dimensão E - Capacidades Técnicas e Psicomotoras

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 3E: 1- Reconhecer e referenciar casos urgentes e não-urgentes dos atletas para avaliação ou intervenção por parte de outros profissionais de saúde (por exemplo, realização de exames complementares de diagnóstico ou procedimentos cirúrgicos).
- 3E: 2- Elaborar e implementar programas para o desenvolvimento da condição física, fortalecimento ou alongamento, baseados na melhor evidência disponível, e adaptados às características individuais do atleta, da lesão e do contexto desportivo.
- 3E: 3- Elaborar e implementar programas de treino, individualizados e baseados na melhor evidência disponível, para melhoria do controlo neuromuscular,

integrando os princípios da aprendizagem motora (por exemplo, técnicas estáticas, dinâmicas, reactivas ou de preparação neuromuscular).

- 3E: 4- Aplicar técnicas de mobilização dos tecidos moles e de terapia manual de forma cuidada e apropriada aos diferentes contextos desportivos (por exemplo, no aquecimento, na recuperação e ciclo de intervenção).
- 3E: 5- Aplicação de ligaduras funcionais e/ou taping com base na melhor evidência disponível e de acordo com os objectivos específicos da intervenção nos diferentes contextos (por exemplo, para promover protecção, restrição do movimento e facilitar a reparação tecidular).
- 3E: 6- Utilização de estratégias de intervenção ou de coping ativo para a diminuição da intensidade, severidade e irritabilidade da dor, sempre que possível.
- 3E: 7- Discutir acerca da necessidade de uma participação ativa do atleta no plano de intervenção, utilizando os princípios inerentes à fisiologia do exercício, tais como a definição de objetivos, a motivação e o feedback.
- 3E: 8- Planear metodologias de treino com o objetivo de manter as suas condições físicas (por exemplo, treino metabólico) durante o ciclo de intervenção.
- 3E: 9- Prever os riscos envolvidos na utilização de equipamentos e/ou protecções por parte do atleta ou outros elementos ou profissionais.
 - Prestar ajuda e disponibilidade sempre que o conhecimento e as capacidades técnicas (skills) de um fisioterapeuta no desporto sejam necessários;
 - Educar os atletas e outros elementos ou profissionais acerca da correta aplicação e utilização de equipamentos e/ou protecções .
- 3E: 10- Informar o atleta e outros profissionais acerca da evolução da condição / problema e o momento adequado para o retorno ao exercício ou atividade desportiva.
- 3E: 11- Informar o atleta e outros profissionais acerca dos princípios de recuperação pós-lesão e de prevenção de recidivas.
- 3E: 12- Comunicar de forma efetiva e adequada com os seus pares com o objectivo de assegurar uma abordagem multidisciplinar coordenada e efetiva, em colaboração com o atleta.
- 3E: 13- Garantir e assegurar a privacidade e confidencialidade do atleta e/ou da restante equipa, em todas as formas de comunicação.

Dimensão F - Evolução e Modificação

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 3F: 1- Aplicar testes clínicos e/ou de desempenho físico ou desportivo de forma a transmitir informações apropriadas nas diferentes fases do ciclo de intervenção. Por exemplo, progredir de testes que avaliam simples movimentos/actividades

para testes complexos realizados em ambiente desportivo (ex. Piso relvado) e relacionados com as exigências da actividade física ou desportiva.

- 3F: 2- Integrar o conhecimento acerca da validade e fiabilidade dos instrumentos de medida nas interpretações dos resultados clínicos.
- 3F: 3- Interpretar de forma adequada os resultados da intervenção:
 - Para informar os atletas e outros profissionais ou pares;
 - Para integrar activamente o atleta no ciclo de intervenção;
 - Para informar e aconselhar acerca da participação e progressão no treino;
 - Para contribuir nas tomadas de decisões da equipa técnica.

Dimensão G - Especificidade Nacional

- Em conformidade com o documento original.

Competência 4: Otimização do Desempenho Desportivo

O fisioterapeuta no desporto contribui para a melhoria da desempenho do atleta, através da avaliação das componentes que caracterizam a sua condição física, e aconselhando ou intervindo de forma a alcançar e/ou otimizar o seu melhor desempenho desportivo, em parceria com os seus pares ou outros profissionais.

Contexto

- Educar, aconselhar ou intervir, sempre que solicitado pelos atletas, na optimização da sua condição física ou desempenho desportivo, em parceria com os seus pares ou outros profissionais
- O contributo do fisioterapeuta para a optimização da condição física ou desempenho desportivo do atleta, pode variar de acordo com os diferentes contextos de intervenção e nos mais variados níveis competitivos

Responsabilidades

- Recolher informação através do recurso a diferentes instrumentos de medida, adequados e fidedignos, para a avaliação das diversas variáveis que influenciem a condição física ou desempenho desportivo do atleta, como por exemplo:
 - Nutrição e hidratação;
 - Equipamento e ambiente envolvente;
 - O movimento e/ou outras componentes físicas do atleta, tendo em conta as exigências específicas da actividade física ou desportiva.
- Avaliar e analisar criticamente a informação recolhida com o objetivo de elaborar perfis de desempenho de e para cada atleta.
- Desenvolver e implementar estratégias, com base na melhor evidência disponível, que contribuam para o potencial aumento da condição física ou desempenho desportivo do atleta.
- Informar e sensibilizar o atleta, e restantes pares da equipa técnica, sobre as melhores recomendações de prática, garantindo direitos do atleta à privacidade e confidencialidade;
- Utilizar instrumentos de medida adequados e válidos de forma a avaliar e monitorizar os objectivos planeados.

Interpretações Específicas Nacionais

- Em conformidade com o documento original

Sub-Competências: Otimização do Desempenho Desportivo

Dimensão A - Conhecimento e Compreensão

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 4A: 1- Conhecer e compreender as dimensões anatómicas, fisiológicas e biomecânicas necessárias para a optimização da condição física e desempenho nos diferentes contextos desportivos.
- 4A: 2- Conhecer e compreender fatores como a nutrição, a suplementação alimentar, a hidratação, o equipamento, produtos energéticos e as condições ambientais, na capacidade individual dos atletas para atingirem a melhor optimização da sua condição física e desempenho desportivo.
- 4A: 3- Conhecer e compreender os fatores psicossociais que podem afetar a condição física e desempenho desportivo do atleta.
- 4A: 4- Discutir, analisar e planear com o atleta as melhores estratégias de exercício, treino e aprendizagem motora, para a optimização da condição física e desempenho desportivo dentro dos limites de segurança.
- 4A: 5- Partilhar funções e responsabilidades com os pares e outros profissionais, relativamente à melhoria da condição física e desempenho desportivo do atleta individualmente ou integrado numa equipa desportiva.

Dimensão B - Capacidade Crítica e Reflexiva

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 4B: 1- Avaliar criticamente a evidência existente acerca da optimização da condição física e desempenho desportivo, assim como, das estratégias que contribuem para essa optimização.

Dimensão C - Recolha de Informação

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 4C: 1- Recolher informação do atleta e de outros profissionais relativamente aos diferentes fatores que influenciam a condição física e desempenho desportivo do atleta, através de instrumento adequados e válidos
- 4C: 2- Avaliar o atleta através da selecção e aplicação de testes ou instrumentos relacionados a condição física e desempenho desportivo de forma a obter informação acerca dos níveis de participação na actividade desportiva.

Dimensão D - Raciocínio Clínico e Tomada de Decisão

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 4D: 1- Identificar limitações da condição física e desempenho desportivo do atleta através da interpretação dos resultados em diferentes contextos desportivos.
- 4D: 2- Implementar estratégias apropriadas para a otimização condição física e desempenho desportivo, minimizando o risco de lesão, através do conhecimento integrado sobre a especificidade do desporto, o raciocínio clínico e capacidades técnicas do fisioterapeuta baseados na melhor evidência disponível.

Dimensão E - Capacidades Técnicas e Psicomotoras

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 4E: 1- Sempre que solicitado, educar, aconselhar ou intervir de acordo com as competências profissionais da fisioterapia e em colaboração com os seus pares, a optimização da sua condição física ou desempenho desportivo do atleta.
- 4E: 2- Aplicar de forma segura e efectiva estratégias para optimização da sua condição física ou desempenho desportivo do atleta.
- 4E: 3- Aconselha o atleta e seus pares acerca da utilização de equipamento protectivo e estratégias de treino de forma segura e efectiva.
- 4E: 4- Sempre que necessário, encaminha o atleta para os seus pares ou outros profissionais, garantindo o direito à privacidade e confidencialidade.

Dimensão F - Evolução e Modificação

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 4F: 1- Avaliar sistematicamente os resultados dos programas de optimização da condição física ou desempenho desportivo do atleta de forma a, sempre que necessário, poder promover modificações ou alterações.

Dimensão G - Especificidade Nacional

- Em conformidade com o documento original.

Área de Competência : Educador



O papel do fisioterapeuta no desporto como Educador está vinculado à Área de Competência - Prática Clínica / Intervenção e relaciona-se com disponibilização das orientações profissionais, aconselhamento e incentivo. Pode ocorrer em interações diretas com os atletas ou pode ser usado para educar e influenciar práticas ou desenvolvimento de políticas organizacionais a nível nacionais e/ou internacional. Esta sua competência foi desenvolvida para descrever os requisitos do fisioterapeuta no desporto na sua função como consultor e educador.

Competência 5: Promotor de um Estilo de Vida Activo e Seguro



O fisioterapeuta no desporto colabora com outros profissionais na promoção da actividade física e participação desportiva, de forma activa e segura, em indivíduos com diferentes níveis de capacidade. Informa e sugere o tipo de actividade física e desportiva, tendo em conta as características sociodemográficas do indivíduo, assim como, estratégias de redução do risco de lesão, de promoção para a saúde, com base na melhor evidência disponível.

Contexto

- A educação e o aconselhamento tem como público-alvo indivíduos em diferentes contextos e organizações onde a promoção de um estilo de vida ativo e seguro é apropriado e recomendado.
- Influenciar entidades governamentais e prestadoras de serviços com o objetivo de permitir o desenvolvimento de políticas e estratégias de promoção de um estilo de vida ativo e seguro.

Responsabilidades

- Promover hábitos de vida saudáveis em qualquer contexto desde que relevante e eticamente correto;
- Educar especificamente sobre:
 - Atividades apropriadas para indivíduos e grupos específicos, realizando sempre uma análise acerca do nível de participação e fatores que possam influenciar a segurança da atividade física e/ou desportiva;
 - Estratégias que contribuem para a segurança da atividade física e/ou desportiva ou para o aumento dos níveis de participação;
 - Diferentes tipos de serviços , organizações e instalações de equipamentos e materiais relevantes.
- Informar-se e actualizar-se relativamente à sua intervenção e estratégias educativas, inovando e implementando-as de acordo com a melhor evidência disponível
- Integrar o conhecimento de diferentes temas e assuntos nas estratégias de comunicação e educação, incluindo:

- Atividades apropriadas para diferentes indivíduos e grupos;
 - Tópicos de promoção para a saúde;
 - Alterações de atitudes e comportamentos;
 - Implicações físicas, psicológicas e sociais na participação das atividades.
- Promover, aderir e cumprir as leis e regulamentos relacionados com o desporto, assim como dos princípios de *fair play*.

Interpretações Específicas Nacionais

- Requer políticas e estratégias mais efectivas a nível nacional uma vez que a população portuguesa em geral apresenta baixos níveis de actividade física. Esta dimensão é amplamente implementada em países do norte europeu com a Noruega e Dinamarca.

Sub-Competências: Promotor de um Estilo de Vida Activo e Seguro

Dimensão A - Conhecimento e Compreensão

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 5A: 1- Conhece e compreende os conceitos da promoção de hábitos e estilos de vida saudável, incluindo:
 - Dados epidemiológicos dos níveis de actividade física e exercício;
 - Recomendações acerca do tipo de participação na actividade física mais apropriada para diferentes situações e contextos;
 - Fatores influenciadores da participação na actividade física;
 - Estratégias de alteração de hábitos, atitudes e comportamentos.
- 5A: 2- Compreender os benefícios bio-psico-sociais dos diferentes tipos de actividade física e exercício tendo em conta as características sociodemográficas do indivíduo (ex. diferentes géneros, idades e capacidades).
- 5A: 3- Compreender e identificar contra-indicações para diferentes exercícios e actividades de acordo com características sociodemográficas do indivíduo ou grupo de indivíduos (ex. indivíduos com condições crónicas).
- 5A: 4- Saber identificar instituições e instalações físicas que estimulem e ofereçam diferentes serviços para a prática do exercício e do desporto, para indivíduos de diferentes idades e capacidades.
- 5A: 5- Identificar indivíduos e organizações que desenvolvam políticas e recomendações para a promoção da actividade física, exercício e desporto.

Dimensão B - Capacidade Crítica e Reflexiva

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 5B: 1- Compreender os dados epidemiológicos da atividade física e exercício através de uma análise crítica sobre os diferentes tipos de medidas.
- 5B: 2- Capacidade para analisar criticamente a evidência disponível sobre as estratégias de intervenções direcionadas para as alterações de atitudes e comportamentos sobre a prática da atividade física e exercício.
- 5B: 3-Capacidade para analisar criticamente a evidência disponível acerca dos efeitos do movimento e do exercício na capacidade física e psicológica de populações específicas.

Dimensão C - Recolha de Informação

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 5C: 1- Recolher informação acerca das preferências e características dos indivíduos, incentivando a colaboração e a partilha relativamente aos tipos de atividades mais adequadas para cada um.
- 5C: 2- Recolher informação subjectiva e objetiva na identificação de riscos e na avaliação das capacidades individuais para a participação na atividade física e exercício.
- 5C: 3- Determinar o nível adequado de participação na atividade física e exercício, e identificar contra-indicações baseadas em testes ou indicações de outros profissionais.

Dimensão D - Raciocínio Clínico e Tomada de Decisão

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 5D: 1-Reconhecer os pontos fortes e pontos fracos e as preferências dos indivíduos relativamente à atividade física.
- 5D: 2- Promover uma progressão segura e apropriada do indivíduo na participação de diferentes tipos de atividades, integrando o conhecimento acerca das suas características individuais com os princípios de treino.

Dimensão E - Capacidades Técnicas e Psicomotoras

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 5E: 1- Informar, educar e estimular o indivíduo para a atividade física, exercício e desporto de forma segura e saudável.
- 5E: 2- Intervir juntos de entidades governamentais, políticas e prestadoras de serviços com o objetivo de promover a participação ativa e segura na atividade física, exercício e desporto.

Dimensão F - Evolução e Modificação

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 5F: 1- Monitorizar a participação, motivação e assiduidade dos indivíduos, e modificar estratégias de educação sempre que necessário.

Dimensão G - Especificidade Nacional

- Em conformidade com o documento original.

Área de Competência : Líder Profissional



Na qualidade de Líderes Profissionais, o fisioterapeuta no desporto é responsável por promover uma prática diferenciadora e de excelência. São ainda responsáveis por planear o seu próprio desenvolvimento profissional, enquanto profissionais autónomos, e implementar uma prática de qualidade. O fisioterapeuta no desporto tem igualmente uma influencia positiva ao nível das atitudes e comportamentos dos atletas, dos seus pares e de outros profissionais, em relação às interações éticas e optimizadas. Este se papel e função é pormenorizadamente descrito nas Competências 6 e 7.

Competência 6: Aprendizagem ao Longo da Vida



O fisioterapeuta no desporto procura manter e melhorar de forma contínua a sua prática clínica, através da reflexão e de uma análise crítica baseada na melhor evidência disponível, e participar no seu processo de ensino-aprendizagem ensino, em colaboração com outros profissionais..

Contexto

- A aprendizagem ao longo da vida é um processo relevante para todos os profissionais de saúde, independentemente das suas funções e responsabilidades no seio de uma equipa multidisciplinar. Esta aprendizagem tem como objetivo assegurar a qualidade dos serviços prestados.

Responsabilidades

- Desenvolver de forma contínua e sistemática níveis de conhecimento e outras capacidades (skills);
- Analisar criticamente a prática clínica individual e a evidência disponível;
- Refletir de forma contínua sobre o conhecimento prático, experiências de aprendizagem, e comunicação com os atletas;
- Identificar lacunas e necessidades de aprendizagem, e desenvolver planos e estratégias do seu desenvolvimento profissional, tais como:
 - Aprendizagem autónoma e experiencial;
 - Tutorias / reuniões que promovam a análise, discussão e partilha de conhecimentos;
 - Participação em cursos e formação de curta e longa-duração promovidos por entidades credíveis;
 - Reflexão crítica acerca da transferência do conhecimento para a prática clínica - demonstrar boa capacidade para refletir em todo o desenvolvimento profissional contínuo (ver apêndice 2);
- Saber seleccionar e participar na oferta de oportunidades para o desenvolvimento profissional contínuo, incluindo atividades de ensino e tutorias em ambientes estruturados (ex. em instituições de ensino) e não-estruturados (ex. entidades de formação profissional)

Interpretações Específicas Nacionais

- Em conformidade com o documento original

Sub-Competências: Aprendizagem ao Longo da Vida

Dimensão A - Conhecimento e Compreensão

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 6A: 1- Conhecer e compreender a importância da aprendizagem contínua para a qualidade da prestação de serviços.
- 6A: 2- Saber diferenciar quais os níveis e capacidades expectáveis - níveis básicos (ex. licenciatura) ou avançados (ex. mestrado ou doutoramento).
- 6A: 3- Saber identificar, nos diferentes meios de comunicação e divulgação, as ofertas credíveis e deontologicamente correctas, para seu o desenvolvimento profissional.

Dimensão B - Capacidade Crítica e Reflexiva

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 6B: 1- Analisar criticamente o conhecimento científico mais actual

Dimensão C - Recolha de Informação

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 6C: 1- Recolher informação que permita a avaliação do seu desenvolvimento profissional contínuo, relacionado com a prática clínica, conhecimento científico e capacidades técnicas (por exemplo: avaliação por pares, avaliação por parte do atleta/ cliente ou realização de auditorias).

Dimensão D - Raciocínio Clínico e Tomada de Decisão

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 6D: 1-Saber transferir e utilizar o novo conhecimento (evidência científica) para a tomada de decisões
- 6D: 2- Refletir criticamente acerca do seu conhecimento teórico e prático, identificando pontos fracos e áreas com necessidades de desenvolvimento.
- 6D: 3- Elaborar um plano de aprendizagem e de desenvolvimento profissional que identifique os objectivos e estratégias/actividades a desenvolver, para colmatar necessidades de aprendizagem autonomamente identificadas.
- 6D: 4- Refletir acerca das estratégias/actividades que possam contribuir para a aprendizagem de outros profissionais, enquanto ao mesmo tempo contribuem para seu próprio desenvolvimento pessoal.

Dimensão E - Capacidades Técnicas e Psicomotoras

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 6E: 1- Identificar necessidades de aprendizagem, como por exemplo através da:
 - Recolha e análise de informação que possa melhorar o conhecimento profissional;
 - Identificar estratégias e oportunidades para o desenvolvimento de capacidade técnicas (skills);
 - Promover uma aprendizagem autónoma e experiencial;
 - Tutorias / reuniões que fomentem a discussão e partilha de aprendizagem
 - Participação em cursos e formação de curta e longa-duração.
- 6E: 2- Participar na oferta de oportunidades para o desenvolvimento profissional contínuo, incluindo atividades de ensino e tutorias em ambientes estruturados (ex. em instituições de ensino) e não-estruturados (ex. entidades de formação profissional)

Dimensão F - Evolução e Modificação

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 6F: 1-Refletir criticamente sobre o cumprimento de metas e objectivos traçados acerca do seu percurso ou desenvolvimento profissional

Dimensão G - Especificidade Nacional

- Em conformidade com o documento original.

Competência 7: Profissionalismo e Liderança



O fisioterapeuta no desporto gere o tempo, os recursos materiais e humanos de forma profissional, legal e ética, facilitando o desenvolvimento profissional e a excelência da profissão.

Contexto

- O fisioterapeuta no desporto trabalha em diferentes contextos e a sua função pode ser exercida em organizações privadas ou públicas de diferentes níveis competitivos em ambientes de treino e/ou competição.
- O fisioterapeuta no desporto trabalha em colaboração com os seus pares e outros profissionais e são frequentemente responsáveis pela gestão de recursos humanos e/ou de uma equipa clínica.

Responsabilidade

- As responsabilidades específicas variam de acordo com as normas e leis dos diferentes países e do contexto da prestação de serviços, considerando conhecimento e competências em áreas como:
 - Gestão de tempo;
 - Gestão de recursos financeiros e outros recursos, incluindo procedimentos com seguradoras;
 - Gestão de recursos humanos;
 - Administração;
 - Organização de serviços, monitorização e planeamento de estratégias;
 - Procedimentos e regulamentos legais relevantes da fisioterapia, dos diferentes desportos e prestação de outros serviços.
- Promover e contribuir para uma prática eticamente correta, traduzida pela igualdade de oportunidades, confidencialidade e respeito pelo local de trabalho;
- Desenvolver e gerir um ambiente de trabalho que motive os seus pares e outros profissionais na procura de uma prática de excelência e no desenvolvimento profissional de cada um.

Interpretações Específicas Nacionais

- Em conformidade com o documento original

Sub-Competências: Profissionalismo e Liderança

Dimensão A - Conhecimento e Compreensão

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 7A: 1- Conhecer questões legais, normas profissionais, nacionais e internacionais, relevantes para o fisioterapeuta no desporto prestador de serviços de saúde, incluindo a avaliação do risco e regulação relativa à saúde e segurança dos atletas.
- 7A: 2- Conhecer normas de organização dos cuidados de saúde, regulamentos legais e éticos da profissão e do desporto, quer a nível nacional como internacional.
- 7A: 3- Conhecer e compreender princípios gerais sobre gestão de recursos, demonstrando conhecimento acerca dos regulamentos dos subsistemas de saúde e/ou seguros e gestão financeira, tanto a um nível nacional como internacional.
- 7A: 4- Compreender o impacto dos regulamentos e princípios de gestão de recursos humanos na prática de fisioterapia, incluindo a igualdade de oportunidades, confidencialidade e respeito pelo local de trabalho.
- 7A: 5- Conhecer estratégias para organizar serviços, monitorizar e realizar auditorias clínicas ou outras, e implementar estratégias de marketing.

Dimensão B - Capacidade Crítica e Reflexiva

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 7B: 1- Analisar e sintetizar a evidência científica mais atual acerca das melhores práticas para a prestação de serviços e gestão de recursos.

Dimensão C - Recolha de Informação

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 7C: 1- Implementar medidas e normas para a avaliação da prestação de serviços, incluindo a satisfação dos atletas/utentes e a efectividade da intervenção.

Dimensão D - Raciocínio Clínico e Tomada de Decisão

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 7D: 1- Saber utilizar os resultados de auditorias e procedimentos de monitorização para identificar as necessidades de desenvolvimento, quer sejam relacionadas com a gestão de recursos humanos, ambiente, recursos materiais e equipamento ou estratégias de prestação de serviços.

Dimensão E - Capacidades Técnicas e Psicomotoras

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 7E: 1- Capacidade para elaborar e desenvolver procedimentos em situações imprevisíveis, por exemplo:
 - Seleccionar e transportar devidamente todo o material e equipamento necessário em situações de viagens com a equipa ou deslocação com o(s) atleta(s);
 - Capacidade de adaptação na avaliação e intervenção em diferentes ambientes e contextos (em clínica, em viagem, no domicílio, no treino e competição).
- 7E: 2- Capacidade para desenvolver um plano de negócios que justifique a necessidade do fisioterapeuta no desporto nos diferentes contextos, incluindo o planeamento financeiro e estratégias de marketing.
- 7E: 3- Capacidade para promover prestação de serviços de forma efectiva e segura, de acordo com as regras e regulamentos da profissão, tendo sempre presente os direitos do(s) atleta(s).
- 7E: 4- Sempre que necessário ou solicitado, demonstrar capacidade em elaborar relatórios ou documentos informativos para as autoridades competentes (ex. Relatórios para as companhias de seguros ou conselhos de administração).
- 7E: 5- Demonstrar competências e atributos pessoais que permitam uma interação positiva com os atletas/utentes e/ou seus pares (ex colegas de trabalho).
- 7E: 6- Capacidade para demonstrar liderança profissional nos diversos ambientes e contextos de prática, estimulando a melhor participação e contributos dos seus pares e/ou de outros profissionais, e proporcionando-lhes oportunidades para o seu desenvolvimento.
- 7E: 7- Demonstrar capacidade efectiva para trabalhar com os seus pares e restantes profissionais, reconhecendo acima de tudo, as suas funções e responsabilidades.

Dimensão F - Evolução e Modificação

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 7F: 1- Implementar sistemas de monitorização e auditoria clínica que permitam a reflexão crítica sobre resultados e consequentemente mudanças e alteração de práticas.

Dimensão G - Especificidade Nacional

- Assegurar que a certificação, a renovação e os diferentes requerimentos nacionais e internacionais são preenchidos⁵

⁵ A nível nacional desconhece-se mecanismos oficiais que asseguram certificação da qualidade de boas práticas. Contudo, a nível individual, o fisioterapeuta no desporto pode obter certificação e renovação das suas competências profissionais e pessoais através do Grupo de Interesse em Fisioterapia no Desporto da Associação Portuguesa de Fisioterapeutas.

Área de Competência : Inovador



O fisioterapeuta no desporto é responsável por procurar a melhor prática. A inovação e as melhores práticas devem ser sustentadas na melhor evidência disponível convergindo para o desenvolvimento da fisioterapia no desporto. É desejável que o fisioterapeuta no desporto tenha como formação académica o nível de mestrado ou superior, demonstrando capacidade para analisar criticamente os resultados da investigação e consequentemente saber modificar sua prática. É ainda desejável que o fisioterapeuta no desporto esteja comprometido com o desenvolvimento da investigação, quer em projectos individuais ou em parceria ou colaboração com outros profissionais e/ou instituições. A Competência 8 descreve e clarifica todos estes aspectos.

Competência 8: Investigação

O fisioterapeuta no desporto avalia criticamente e confronta a sua prática com base no conhecimento actual, identificando e levantando questões para o desenvolvimento de futuros estudos. Desta forma, o fisioterapeuta no desporto deve estar disponível para participar e desenvolver projetos de investigação que procuram dar respostas às questões identificadas e consequentemente para o aumento do conhecimento na área da fisioterapia no desporto.

Contexto

- O fisioterapeuta no desporto avalia criticamente a sua prática e identifica questões de investigação relevantes para as suas responsabilidades de gestor e educador do atleta, nos diferentes contextos de intervenção.

Responsabilidade

- Avaliar e desenvolver de forma contínua instrumentos de media, estratégias de intervenção, estratégias de otimização do treino, dados epidemiológicos acerca do risco de lesão, e ambientes e equipamentos relacionados com a actividade física e a prática desportiva;
- Dependendo do contexto e dos objetivos profissionais, o nível de envolvimento e participação em projetos de investigação pode variar entre:
 - Estabelecer objetivos e estruturar linhas investigação através do desenvolvimento e discussão de novas questões ou problemas;
 - Recolher dados;
 - Participar em projetos de investigação de forma colaborativa, desenvolvendo e participando em estudos multi-centro;
 - Disseminar novo conhecimento através dos diferentes meios de divulgação e comunicação.

Interpretações Específicas Nacionais

- Em conformidade com o documento original

Sub-Competências: Investigação

Dimensão A - Conhecimento e Compreensão

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 8A: 1- Conhecer e compreender as diferentes metodologias e desenhos de estudos, quantitativos e qualitativos, e a necessidade de os planejar de forma rigorosa e de acordo a sua relevância.
- 8A: 2- Conhecer e compreender as questões éticas em investigação, particularmente as relacionadas com a proteção, privacidade e a análise de dados dos participantes.
- 8A: 3- Conhecer os diferentes métodos de análise quantitativa e qualitativa dos dados e da sua utilização nos diferentes contextos desportivos.
- 8A: 4- Saber identificar as possíveis oportunidades para apresentar novas questões, linhas de investigação e resultados de estudos já realizados (por exemplo, em conferências, grupos de interesse e grupos de investigação)

Dimensão B - Capacidade Crítica e Reflexiva

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 8B: 1- Demonstrar capacidade para analisar criticamente a investigação anterior, planejar e desenvolver soluções para melhorar a qualidade/credibilidade da investigação.
- 8B: 2- Demonstrar capacidade para analisar criticamente as políticas desportivas e as diferentes recomendações clínicas.

Dimensão C - Recolha de Informação

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 8C: 1- Participar em recolhas de dados a vários níveis. Recolhas centradas na avaliação da prática clínica individual, em recolha de dados clínicos em projetos de investigação, em parceria ou como investigador principal.
- 8C: 2- Definir estratégias de pesquisa que incluam diferentes bases de dados electrónicas e outras fontes de informação credíveis e relevantes.

Dimensão D - Raciocínio Clínico e Tomada de Decisão

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 8D: 1- Capacidade para analisar dados relacionados com as medidas dos outcomes e efectividade das intervenções, incluindo as práticas inovadoras no que diz respeito aos aspectos éticos e evidência científica.
- 8D: 2- Identificar lacunas na evidência científica, após a análise quantitativa e qualitativa de estudos primários e revisões sistemáticas.

Dimensão E - Capacidades Técnicas e Psicomotoras

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 8E: 1- Participar em projetos que desenvolvam o conhecimento relacionado com a avaliação, utilização de instrumentos de medida, intervenção e prevenção de lesões. Estes projetos podem variar desde o desenvolvimento e discussão de questões de investigação, até ao envolvimento em projetos em parceria ou na qualidade de líderes responsáveis pela investigação.

Dimensão F - Evolução e Modificação

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 8F: 1- Identificar oportunidades para um maior envolvimento em projetos de investigação.

Dimensão G - Especificidade Nacional

- Em conformidade com o documento original

Área de Competência : Líder Profissional - Inovador



O fisioterapeuta no desporto tem um papel determinante na disseminação e divulgação de informações relativas às melhores práticas e práticas inovadoras relacionadas com a profissão. Nesse sentido, requer uma atitude dinâmica e pro-activa em relação à promoção e desenvolvimento da fisioterapia no desporto. A Competência 9 ajuda a clarificar todos estes aspectos:

Competência 9: Promotor de Boas Práticas

O fisioterapeuta no desporto promove o novo conhecimento e inovação junto dos seus pares, outros profissionais e decisores políticos, através de diferentes meios de divulgação e comunicação.

Contexto

- O fisioterapeuta no desporto promovem boas práticas junto dos seus pares e outros profissionais no que diz respeito à gestão de casos/problemas, prestação de serviços e desenvolvimento de políticas de saúde;
- A promoção de boas práticas e inovação acontece através da divulgação e comunicação com a equipa, grupos de interesse e contactos profissionais, colaboradores de investigação, em reuniões, conferências e conteúdo publicado (por exemplo, reportagens, documentos promocionais, newsletters, revistas e internet).

Responsabilidade

- Avaliar criticamente o novo conhecimento e inovação;
- Gerir registos de comunicação e informação de forma a proporcionar a sua promoção e a discussão em formatos que possibilitem a publicação em diferentes meios de comunicação (como a internet, revistas, redes sociais);
- Interagir, utilizando diferentes skills da comunicação verbal, com indivíduos e mais variados grupos populacionais;
- Comunicar de forma apropriada com decisores políticos de diferentes níveis e contextos.

Interpretações Específicas Nacionais

- Em conformidade com o documento original

Sub-Competências: Promotor de Boas Práticas

Dimensão A - Conhecimento e Compreensão

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 9A: 1- Definir conceitos das melhores práticas e da prática baseada na evidencia.
- 9A: 2- Discutir benefícios inerentes à alteração de princípios de gestão de forma a permitir uma participação ativa em processos de mudanças de estratégias, tais como estratégias de comunicação.
- 9A: 3- Identificar oportunidades para promover e discutir novo conhecimento, e demonstrar capacidade para avaliar vantagens e desvantagens de diferentes fóruns de discussão.

Dimensão B - Capacidade Crítica e Reflexiva

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 9B: 1- Avaliar criticamente a credibilidade de diferentes fontes e meios de comunicação utilizadas para obter conhecimento que possa influenciar a prática.
- 9B: 2- Avaliar a utilidade e a transferência de conhecimento actual para a prática da fisioterapia no desporto, e sintetizar criticamente o conhecimento de diferentes fontes e meios, de forma a que o processo de tomada de decisão esteja relacionado com o contexto da prática da actividade física e desportiva.

Dimensão C - Recolha de Informação

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 9C: 1- Identificar fontes e meios de pesquisa disponíveis, que permitam ao fisioterapeuta no desporto recolher informação que vise aumentar o seu conhecimento prático (ex. bases de dados).

Dimensão D - Raciocínio Clínico e Tomada de Decisão

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 9D: 1- Desenvolver capacidades de raciocínio clínico baseado em conhecimento científico e prático, promovendo na sua forma verbal ou forma escrita.

Dimensão E - Capacidades Técnicas e Psicomotoras

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 9E: 1- Participar em fóruns de discussão a um nível local, nacional ou internacional, tais como:
 - Comunicação com a equipa;
 - Comunicação com grupos de interesse e contactos profissionais;

- Participação no desenvolvimento de recomendações/guidelines clínicas relacionadas com a actividade física ou desportiva;
 - Colaboração com projetos de investigação e encontros científicos;
 - Conferências e Congressos;
- 9E: 2- Gerir mudanças de mentalidades no que toca ao desenvolvimento e implementação da melhor prática na fisioterapia no desporto.
 - 9E: 3- Promover boas práticas de prestação de serviços ou desenvolvimento de políticas a nível individual, junto de fisioterapeutas no desporto e seus pares, outros profissionais e decisores políticos,
 - 9E: 4- Comunicar e discutir princípios de prática e investigação de forma fundamentada e crítica, utilizando diversos meios de comunicação, tais como:
 - Apresentações orais para diferentes audiências;
 - Apresentações escritas (newsletters, websites e revistas)

Dimensão F - Evolução e Modificação

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 9F: 1- Refletir acerca da experiência obtida e necessária para comunicar nos mais variados contextos, permitindo assim uma aprendizagem contínua.
- 9F: 2- Adaptar formas de comunicação verbal e escrita (conteúdo, estrutura e linguagem) às características, tamanho e composição da audiência.

Dimensão G - Especificidade Nacional

- Em conformidade com o documento original.

Área de Competência : Inovador-Educador



O fisioterapeuta no desporto tem um papel fundamental no aconselhamento e educação dos atletas, outros profissionais e o público em geral, bem como, dos decisores políticos em diversas matérias e contextos. No processo de aconselhamento os fisioterapeutas no desporto têm a responsabilidade de integrar o novo conhecimento em fisioterapia no desporto. A descrição da Competência 10 ajuda a clarificar estes aspectos.

Competência 10: Desenvolvimento da Melhor Prática

O fisioterapeuta no desporto promove a aplicação de novo conhecimento e inovação da prática entre os pares e outros profissionais, no processo de tomada de decisão, influenciando novas linhas de investigação e inovação.

Contexto

- Os fisioterapeutas no desporto aplicam e integram novo conhecimento e inovação no tratamento e educação de diferentes atletas/utentes nos mais variados contextos profissionais.
- A promoção e o desenvolvimento de novo conhecimento acontece em diferentes níveis: gestão de casos clínicos, prestação de serviços e desenvolvimento de políticas.

Responsabilidade

- Adquirir de forma contínua o acesso a fontes de conhecimento e inovação atuais na área da fisioterapia no desporto e áreas relacionadas.
- Disseminar novo conhecimento e inovação de forma a criar necessidade de transferir novo conhecimento para a fisioterapia no desporto e áreas relacionadas;
- Avaliar criticamente e discutir riscos e benefícios de integrar novo conhecimento na prática clínica.
- Integrar novo conhecimento e inovação na formação e aprendizagem, de forma formal e informal.
- Introduzir novo conhecimento e inovação no processo de tomada de decisão, informando os profissionais envolvidos para o desenvolvimento de políticas e guidelines relacionadas com a fisioterapia no desporto, especificidades do desporto, e promoção segura de um estilo de vida saudável.
- Influenciar linhas de investigação e inovação, gerando ideias e questões de investigação, que tenham como objetivo desenvolver uma melhor prática dos fisioterapeutas no desporto.

Interpretações Específicas Nacionais

- Em conformidade com o documento original

Sub-Competências: Desenvolvimento da Melhor Prática

Dimensão A - Conhecimento e Compreensão

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 10A: 1- Ter em conta princípios éticos e de segurança na melhoria/ desenvolvimento da prática clínica, avaliando sempre de forma rigorosa as bases teóricas, o risco e a necessidade de consentimento informado de novas técnicas e equipamentos.

Dimensão B - Capacidade Crítica e Reflexiva

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 10B: 1- Ponderar acerca da efetividade da evidência científica mais atual e da inovação, recolhendo, criticando e sintetizando informação de diferentes fontes de conhecimento.

Dimensão C - Recolha de Informação

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 10C: 1- Aplicar instrumentos de medida para avaliar técnicas de avaliação e de intervenção (recentes e/ou já existentes) tendo sempre em atenção variáveis da medida como:
 - Calibração;
 - Validade e fiabilidade;
 - Outcomes de estudos de intervenção;
 - Auditorias da prestação de serviços.

Dimensão D - Raciocínio Clínico e Tomada de Decisão

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 10D: 1- Identificar problemas e questões de investigação relacionadas com a prática clínica, analisando e sintetizando:
 - Evidência científica de elevada qualidade;
 - Análise do processo de recolha de dados, e;
 - Observação da prática clínica.

Dimensão E - Capacidades Técnicas e Psicomotoras

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 10E: 1- Participar regularmente e de forma dinâmica em grupos de trabalho ou discussões que permitam a criação de oportunidades para discutir necessidades, incentivar a pesquisa e partilhar soluções para problemas e questões.

- 10E: 2- Influenciar colegas e outros profissionais acerca de áreas prioritárias para a investigação e desenvolvimento de conhecimento científico.
- 10E: 3- Organizar e modificar estratégias de avaliação de forma a adaptar os procedimentos à especificidade e ao contexto do desporto.
- 10E: 4- Refletir e aplicar planos de intervenção diferentes em áreas onde as estratégias tradicionais não foram suficientes para alcançar os resultados, baseando sempre a intervenção no raciocínio clínico e na melhor evidência disponível.
- 10E: 5- Utilizar diferentes skills de comunicação de forma a motivar, encorajar, inspirar e persuadir colegas a implementar novas práticas, nos mais variados contextos, tais como:
 - Gestão individual do utente/ atleta em conjunto com os pares e/ou outros profissionais;
 - Prestação de serviços;
 - Plano de educação;
 - Desenvolvimento de políticas.

Dimensão F - Evolução e Modificação

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 10F: 1- Tomar decisões éticas de forma a integrar novo conhecimento na prática dos fisioterapeutas, com base na melhor evidência disponível, e assegurar que esta mesma evidência suporte a modificação da prática.

Dimensão G - Especificidade Nacional

- Em conformidade com o documento original

Área de Competência : Líder Profissional - Educador



O fisioterapeuta no desporto tem influencia no desenvolvimento de recomendações, políticas e regulamentos relacionados com a actividade física e desportiva. Têm um papel importante na divulgação e no estímulo à utilização de novos regulamentos e orientações, por parte dos seus pares, outros profissionais e dos próprios atletas. Esta sua função é descrita pela Competência 11.

Competência 11: Promotor do Fair-Play e Práticas Anti-Doping

O fisioterapeuta no desporto participa e promove práticas relacionadas com o desporto de forma ética e profissional, baseando os seus princípios no fair play e no dever de proteger o atleta. O fisioterapeuta no desporto segue as recomendações da “Internacional Sports Physiotherapy Code of Conduct on Doping”

Contexto

- Os fisioterapeutas no desporto praticam e promovem práticas de fair play e anti-doping junto dos indivíduos que investem na otimização desportiva, incluindo atletas de diferentes níveis, outros profissionais e organizações.

Responsabilidade

- Estar informado acerca da legislação atual relacionados com a actividade desportiva e com a fisioterapia no desporto, incluído políticas, regulamentos e competições específicas;
- Promover uma prática eticamente e profissionalmente correta, utilizando o conhecimento e a capacidade de comunicação, na promoção e desenvolvimento de legislação e regulamentos para uma prática segura e de fair play;
- Promover práticas anti-doping de acordo com os regulamentos e recomendações da “World Anti-Doping Code”⁶ e da “Internacional Code of Conduct on Doping”⁷;
- Conhecer e consultar regularmente as atualizações da lista de substâncias proibidas da “World Anti-Doping Agency”⁶;
- Conhecer e estar a par das regras anti-doping específicas do desporto ou de outras organizações/ autoridades profissionais;
- Colaborar com os procedimentos inerentes ao programa de avaliação dos atletas;
- Demonstrar responsabilidade para proteger o atleta. O atleta é considerado o último responsável por todas as substâncias que lhe são administradas. Assim, o fisioterapeuta no desporto deve ter uma atitude responsável e eticamente

⁶ World Anti-Doping Agency (WADA)

⁷ Dekker & Mitchell (2004)

correcta, através da não administração ou recomendação de substâncias proibidas, quer de forma intencional ou não.

Interpretações Específicas Nacionais

- A Autoridade de Anti-dopagem de Portugal (ADoP) é a agência oficial para todos os assuntos relacionados com o doping no desporto. O fisioterapeuta deve igualmente ter conhecimento e manter-se actualizado através das informações regularmente disponibilizadas pela ADoP.

Sub-Competências: Promotor do Fair-Play e Práticas Anti-Doping

Dimensão A - Conhecimento e Compreensão

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 11A: 1- Conhecer e compreender as diferenças entre regras e regulamentos específicos de cada desporto, organização ou competição.
- 11A: 2- Conhecer os agentes farmacológicos e nutricionais utilizados na prevenção de lesões, ciclo de intervenção e melhoria da performance, incluindo:
 - O seu impacto fisiológico;
 - Os seus sinais e sintomas e os possíveis efeitos secundários na saúde do atleta
- 11A: 3- Conhecer as leis e regulamentos relacionados com o doping, através da consulta de documentação necessária, nomeadamente:
 - Deveres e responsabilidades do atleta e do fisioterapeuta no desporto;
 - Procedimentos de controlo anti-doping.

Dimensão B - Capacidade Crítica e Reflexiva

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 11B: 1- Capacidade para sintetizar o conhecimento necessário, para uma prática correcta e segura, que destaque a promoção da saúde, uma prática desportiva ética e legal, de tolerância zero na utilização de substâncias proibidas ou qualquer outra violação dos regulamentos e regras anti-doping.

Dimensão C - Recolha de Informação

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 11C: 1- Consultar e atualizar regularmente o seu conhecimento acerca de regras e regulamentos anti-doping no desporto através da:
 - Consulta e atualização sistemática da lista de substâncias proibidas da "World Anti-Doping Agency"

- Ter conhecimento acerca dos procedimentos do controlo anti-doping (teste planeados e possíveis testes aleatórios)
- 11C: 2- Recolher informações acerca da medicação utilizada pelo atleta, por razões ou indicação médica, e consultar as autoridades responsáveis de forma a garantir que não são substâncias possivelmente sancionáveis.
- 11C: 3- Observar regularmente alterações físicas ou psicológicas dos atletas que podem ser indicadores de utilização de substâncias proibidas.

Dimensão D - Raciocínio Clínico e Tomada de Decisão

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 11D: 1- Manter responsabilidades relativamente ao dever de:
 - Conhecer e avaliar a pressão emocional ou psicológica sobre o atleta e outros profissionais;
 - Não administrar ou recomendar ao atleta qualquer substância proibida, de forma intencional ou não.
- 11D: 2- Encaminhar de forma responsável e apropriada sempre que o caso ou qualquer violação das regras anti-doping não seja das competências do fisioterapeuta no desporto.

Dimensão E - Capacidades Técnicas e Psicomotoras

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 11E: 1- Aconselhar e educar o atleta e outros profissionais, relativamente à prática desportiva de forma ética e segura, incluindo a promoção de práticas anti-doping.
- 11E: 2- Acompanhar e ajudar o atleta durante o processo anti-doping (ex. na participação nos procedimentos de controlo anti-doping, acompanhamento nos procedimentos administrativos, etc).

Dimensão F - Evolução e Modificação

O fisioterapeuta no desporto deve demonstrar capacidades para:

- 11F: 1- Refletir acerca do efeito das estratégias de aconselhamento e educação utilizadas na promoção da prática desportiva de forma ética e segura e modificar as estratégias educacionais e de comunicação, sempre que apropriado.

Dimensão G - Especificidade Nacional

- Em conformidade com o documento original

Ficha Técnica:

Este documento foi traduzido, revisto e adaptado por Luis Gomes, André T. Ruivo e Marco Jardim para o Grupo de Interesse em Fisioterapia no Desporto da Associação Portuguesa de Fisioterapeutas.

Para citação e referenciação utilizar:

Gomes, L., Ruivo, AT. Jardim, M. (2019). Perfil de Competências do Fisioterapeuta no Desporto. *Grupo de Interesse em Fisioterapia no Desporto [online]* Disponível em: <https://gifdapf.wixsite.com/gifd/competencias>

(Este documento é uma versão preliminar sujeita a alterações)