

Escola de Medicina Familiar

Outono de 2016

16 a 19 de Novembro



Programa

Consolação - Peniche



Formação Médica Contínua

ESCOLA DE MEDICINA FAMILIAR/ outono 2016

Peniche - Consolação
16 a 19 de Novembro de 2016

LOCAL

Hotel Atlântico Golf ****
Praia da Consolação
2525-150 Atouguia da Baleia - Peniche
Telf. 262757700; Fax 762750717

HORÁRIOS

4ª feira – 14:00 – 20:00
5ª e 6ª feira – 8:30 – 13:00 / 14.00 – 19:30
Sábado – 8:30 – 13:00

ORGANIZAÇÃO

Associação Portuguesa de Medicina Geral e Familiar

Consulte www.apmgf.pt para mais informações

1. CURSO DOENÇAS INFECIOSAS RESPIRATÓRIAS

Coordenação Científica: GRESP/APMGF

Coordenação Pedagógica: Dr.^a Regina Sequeira Carlos

Número máximo de formandos: 30

Enquadramento

As doenças infecciosas respiratórias são frequentes na prática clínica da medicina geral e familiar e ocupam uma considerável fração do tempo dos médicos.

Os programas e recomendações existentes, emanados das sociedades científicas portuguesas e internacionais e da Direção Geral de Saúde, têm procurado atualizar conceitos e proporcionar orientações para a prática clínica, mas existe ainda um considerável caminho a percorrer para capacitar todos os médicos de família com as competências necessárias para melhorar os cuidados aos doentes.

O Médico de Família deverá ser capaz de fazer o diagnóstico, o tratamento, o seguimento e acompanhamento da maior parte dos doentes com doenças infecciosas respiratórias e saber quando referenciar.

A educação contínua da população e da comunidade sobre doenças infecciosas respiratórias e as modalidades de prevenção, vacinação, tratamento que podem utilizar e utilização de recursos, assim como a vigilância epidemiológica são componentes importantes da estratégia de controlo destas doenças.

Objetivos

No final do curso os participantes deverão:

- Conhecer as orientações diagnósticas e terapêuticas das principais doenças infecciosas a nível das vias aéreas superior e inferior;
- Ter aperfeiçoado as capacidades de diagnóstico, monitorização das doenças e seleção das opções terapêuticas adequadas a cada uma das doenças infecciosas respiratórias;
- Ter melhorado as suas competências no sentido de fomentar a capacitação do doente e família em relação ao autocuidado da doença;
- Ser capazes de integrar as doenças infecciosas respiratórias de um modo sistémico no contexto do doente e da família.

Coordenação Científica do Curso

Jaime Correia de Sousa

Médico de Família, USF Horizonte, ULS de Matosinhos.

Professor Associado Convidado da Escola de Ciências da Saúde da Universidade do Minho.

Presidente do International Primary Care Respiratory Group (IPCRG).

Editor do Primary Care Respiratory Journal.

Rui Costa

Médico de Família, Sãvida.

Coordenador do GRESP.

José Augusto Simões

Médico de Família, USF Marquês de Marialva, ACeS Baixo Mondego.

Professor Auxiliar Convidado da Faculdade de Ciências da Saúde da Universidade da Beira Interior.

Carlos Gonçalves

Médico de Família, Millennium-BCP.

2. CURSO SAÚDE DA MULHER

Coordenação Científica: Grupo de Estudo Saúde da Mulher da APMGF e Dr.^a Teresa Libório

Coordenação Pedagógica: Dr.^a Manuela Ambrósio

Número máximo de formandos: 30

Este curso tem como objetivo abordar os possíveis problemas de saúde da Mulher ao longo do ciclo de vida e ainda “relembrar/atualizar” algumas áreas da prevenção da doença e promoção da saúde. Pretende-se que a abordagem dos temas, que se especificam a seguir, seja feita por médicos de família e também por médicos de outras especialidades, na perspetiva de obter informação que, embora não seja para nós usarmos no dia a dia, é fundamental para orientarmos/acompanharmos, corretamente, as nossas pacientes e reforçar os laços com os nossos colegas dos Cuidados de Saúde Secundários, também eles da maior importância para todos, médicos e pacientes.

Temas a abordar:

1. Pré-conceção e vigilância da gravidez (Proteção legal/social da parentalidade/IVG)
2. Infecções/Sintomas/Problemas comuns na grávida (fisiológico vs. patológico)
3. Fármacos na gravidez e amamentação
4. Contraceção nos extremos etários
5. Problemas ginecológicos (Dermatoses vulvares, vulvovaginites e infeções do trato urinário de repetição na mulher, Hemorragias uterinas anómalas, Incontinência urinária/Disfunção do pavimento pélvico, Infeções sexualmente transmissíveis e DIP)
6. Disfunção sexual
7. Abordagem de alterações ecográficas ginecológicas comuns (quistos/massas anexiais, alterações uterinas)
8. Patologia benigna da mama
9. Menopausa: sinais/sintomas/terapêutica/vigilância

3. CURSO REUMATOLOGIA EM MGF

Coordenação Científica: Prof. Doutor Jaime Branco
Dr.^a Manuela Costa

Coordenação Pedagógica: Dr.^a Regina Sequeira Carlos
Dr.^a Adriana Rubín

Número máximo de formandos: 30

Objetivos:

Ao concluir este curso os discentes adquiriram capacidades em:

- Classificar as principais doenças reumáticas.
- Colher a história clínica e realizar o exame objetivo essencial do doente reumático.
- Diferenciar a patologia articular da restante patologia reumática.
- Diferenciar a patologia degenerativa da inflamatória

- Identificar a artrite inicial
- Conhecer e saber abordar as principais doenças reumáticas
- Conhecer as formas de monitorizar as principais doenças reumáticas e a sua terapêutica
- Definir uma forma eficaz de relação com um centro de reumatologia

Métodos

Sessões teóricas
Sessões teórico-práticas
Workshops

Formadores

Prof. Doutor Jaime C. Branco
Dra Maria Manuela Costa

4. CURSO PRESCRIÇÃO DE EXERCÍCIO FÍSICO

Coordenação Científica: Prof. Doutor Themudo Barata

Coordenação pedagógica: Dr.^a Ana Margarida Levy
Dr.^a Vanessa Antunes

Número máximo de formandos: 30

Temas a abordar:

- Que precisa o médico saber sobre não ser sedentário, ter atividade física, fazer exercício ou fazer desporto?
- Respostas agudas e metabólicas ao esforço e benefícios do exercício
- Exercício e entrevista motivacional na Consulta de MGF
- Respostas cardiovasculares ao esforço
- Intensidade do exercício: a que FC deve decorrer?
- Como prescrever Exercício aeróbio no saudável versus no doente. TCM ou TIAI? Os erros e barreiras mais frequentes
- Sentir o exercício aeróbio geral que se oferece aos pacientes
- Prescrição de exercício no controlo de peso, na obesidade e na síndrome metabólica
- Prescrição de exercício nos diabéticos
- Exercício num obeso c/ SM
- Exercício num diabético Tipo 2
- Exercício num hipertenso
- O médico perante o treino da força
- Software de Prescrição de exercício aeróbio e de força
- Prescrição de Exercício nas doenças cardiovasculares e respiratórias
- Exercício num pós-Enfarte
- Sentir o exercício de força que se oferece aos pacientes
- Exercício nos doentes reumáticos e oncológicos e outros
- Exercício numa artrósica e numa oncológica
- Riscos, malefícios e complicações do exercício e do desporto
- A consulta prévia: contra-indicações e restrições Que exames?

- A oferta dos ginásios e a opinião médica sobre as diversas atividades neles existentes
 - a) Suplementos alimentares no desporto
 - b) Substâncias e práticas dopantes
 - c) Outras técnicas de recuperação usadas
- Sentir o exercício de flexibilidade e psico-motor

5. CURSO ACONSELHAMENTO NA GRAVIDEZ E PRIMEIRA INFÂNCIA

Coordenação Científica: Prof. Doutor Carvalho Teixeira

Coordenação Pedagógica: Prof. Doutor José Mendes Nunes

Número máximo de formandos: 20

A qualidade dos cuidados parentais, a adequação da relação entre os pais e a criança e a vinculação são fatores decisivos para o desenvolvimento psicológico e social da criança, tendo repercussões ao longo do ciclo de vida.

Na perspetiva dos cuidados centrados na pessoa, os Médicos de Família desempenham papel central na promoção da saúde e bem-estar psicológico do casal grávido e das crianças.

A finalidade deste curso é proporcionar aos participantes aprofundamento de conhecimentos e desenvolvimento de mais competências para o aconselhamento na gravidez e parentalidade.

Objetivos

- Desenvolver mais competências para aconselhar o casal grávido, focalizando na promoção da saúde, mudança de comportamentos e prevenção, e preparação para a parentalidade
- Desenvolver mais competências de aconselhamento de pais de crianças na primeira infância, visando a promoção do seu desenvolvimento harmonioso e saúde psicológica
- Partilhar experiências sobre obstáculos identificados na prática clínica da saúde materna e infantil e identificar estratégias para a sua superação adaptadas à consulta de MGF

Programa

Aconselhar em Medicina Geral e Familiar

Aconselhamento nos cuidados de saúde primários. Mudança de comportamentos e prevenção

Aconselhar o “casal grávido”

Promoção e educação para a saúde da grávida/casal (comportamento alimentar, atividade física, tabaco e gestão do stress). Adaptação psicológica à gravidez e maternidade. Grávidas com risco psicológico. Prevenção da depressão pós-parto. Preparação para o parto e para a parentalidade

Aconselhar pais e mães de crianças na 1ª infância

Relação precoce e vinculação. Identificação da depressão pós-parto. Problemas alimentares, de sono, birras e agressividade. Adaptação à separação.

Metodologias

Metodologias activas centradas nos participantes, com (i) trabalhos de grupo, *brainstorming* (ii) discussão de casos, (iii) simulações com videogravação seguidas análise e discussão e (iv) sessões de treino de relaxamento para gestão do *stress*

Condições de inscrição

Disponibilizar-se para ser videogravado em roleplays de entrevista clínica, sendo que as videografações serão destruídas no final e apenas formandos e facilitadores terão acesso a elas. Desejar treinar competências de relaxamento muscular, com utilidade para o próprio e para os utentes na gestão do stress.

Facilitadores**Dr.ª Isabel Trindade**

Psicóloga, especialista em psicologia clínica no ACES Loures Odiveelas. Coordenadora da URAP do ACES Loures-Odivelas. Pós-graduada em Psicoterapias e Psicologia da Saúde pela Faculdade de Psicologia de Lisboa. Formadora na área do comportamento e saúde, depressão, educação para a saúde e aconselhamento nos cuidados de saúde primários

Dr.ª Filipa Pinto Nunes

Psicóloga, especialista em psicologia clínica no ACES Arrábida. Pós-graduada em Prevenção do Stress Ocupacional pela Universidade da Estremadura (Espanha). Docente da Pós-Graduação em Psicogerontologia no ISPA-Instituto Universitário. Formadora nas áreas do comportamento e saúde, stress ocupacional e burnout, aconselhamento nos cuidados de saúde primários.

Prof. Dr. José A. Carvalho Teixeira

Médico psiquiatra, professor de psicopatologia e psicologia da saúde e director do Departamento de Formação Avançada do ISPA-Instituto Universitário (Lisboa). Membro titular e supervisor da Sociedade Portuguesa de Psicoterapia Existencial (SPPE). Formador na área do comportamento e saúde, stress ocupacional em aconselhamento nos cuidados de saúde primários.

6. CURSO ATUALIZAÇÃO EM DOENÇAS CARDIOVASCULARES PARA MGF

Coordenação Científica: Dr.ª Helena Febra

Coordenação Pedagógica: Dr.ª Paula Nunes Oliveira

Número máximo de formandos: 30

Enquadramento

As doenças cardiovasculares constituem uma causa importante de morbilidade e mortalidade. A sua prevenção e diagnóstico devem ser prioridades na atividade do MF e obedecer a criteriosos planos de avaliação e de acompanhamento.

Objetivos

Apresentação do estado da arte de alguns dos principais problemas cardiovasculares, com foco nos procedimentos de prevenção, diagnóstico e de gestão da doença do ponto de vista dos CSP. Após a conclusão do curso, os participantes deverão ser capazes de:

1. Interpretar e enquadrar na prática clínica, os resultados da MAPA/RAPA, ECG, Holter e ecocardiograma;
2. Aplicar estratégias para a prevenção de doenças cardiovasculares;
3. Efetuar a prescrição de exercício físico adequada à prevenção e à patologia cardiovascular dos utentes;
4. Diagnosticar, efetuar o acompanhamento e gestão clínica de problemas cardiovasculares frequentes: Fibrilhação auricular e hipocoagulação oral, Insuficiência Cardíaca, Bradi/

- Taquiarritmias, Cardiopatia Isquémica Crónica/Angor;
5. Otimizar os critérios de Referenciação para Cardiologia.

Conteúdos

Fibrilhação Auricular e Hipocoagulação Oral - NOACs vs varfarina.
Utilização de Ecocardiograma, Holter e MAPA/RAPA, em MGF
Cardiopatia Isquémica Crónica e Angor
Insuficiência Cardíaca – Diagnóstico, acompanhamento, gestão clínica
Referenciação de patologia cardiovascular em CSP
Prescrição de exercício físico em utentes com patologia cardiovascular
Bradiaritmias e Taquiarritmias

Metodologias de ensino

Sessões teórico-práticas
Workshops
Discussão de Casos Clínicos

Formadores:

Grupo de Estudos de Doenças Cardiovasculares APMGF
Outros formadores convidados a designar



Associação Portuguesa de Medicina Geral e Familiar
Av. da República, n.º 97 - 1.º 1050-190 Lisboa | Portugal
Tel: +351 217 615 250 Fax: +351 217 933 145
apmgf@apmgf.pt

ESCOLA MEDICINA FAMILIAR/OUTONO 2016
Consolação, 16 a 19 de novembro de 2016