

PROGRAMA DE FORMAÇÃO

PATOLOGIA MÚSCULO-ESQUELÉTICA EM MEDICINA GERAL E FAMILIAR. AVALIAÇÃO, DIAGNÓSTICO E REFERENCIAÇÃO EM CUIDADOS DE SAÚDE PRIMÁRIOS. (E-learning)

Área de Educação e Formação: 721 – MEDICINA

Enquadramento

Bem-vindo ao desafiante espectro da patologia musculoesquelética! Como médico de clínica geral ou médico de família, desempenha um papel crucial ao prestar cuidados abrangentes a pacientes de todas as idades e contextos. As condições musculoesqueléticas agudas e crónicas são extremamente comuns e podem afetar significativamente a qualidade de vida das pessoas. Para alavancar os mais altos padrões de cuidados nesse domínio, é essencial adquirir conhecimentos clínicos especializados e alcançar resultados de desempenho indexados à gestão de doenças e lesões musculoesqueléticas.

Face à incidência e prevalência de doenças e lesões musculoesqueléticas e à importância da saúde musculoesquelética, apresentamos o curso de patologia musculoesquelética para médicos especialistas em Medicina Geral e Familiar (MGF). Este curso, com coordenação científico-pedagógica da Dra. Maria João Sá, especialista em MGF e medicina desportiva, foi elaborado sobre os cânones das boas práticas, evidência científica e conhecimento do terreno, foi especialmente desenvolvido para atender às necessidades de desenvolvimento profissional dos especialistas em MGF. O conteúdo foi adaptado para abordar e capacitar a resposta a desafios e requisitos enfrentados pelos especialistas em MGF na gestão de condições musculoesqueléticas no contexto real, i.e., referencial técnico-científico, recursos, pessoas e *governance*.

Convidamos a refletir a sinopse de vantagens que este curso oferece:

Diagnóstico preciso para um tratamento eficaz: o curso concentra-se no aprimoramento de habilidades de diagnóstico de doenças e lesões musculoesqueléticas. Perspetiva-se uma aprendizagem para reconhecer e avaliar com precisão os distúrbios musculoesqueléticos mais frequentes e/ou graves. Isto permitirá que identifique, trate e oriente prontamente condições como osteocondroses (e.g. frequentes em idade pediátrica como a doença de Iselin, Sinding-Larsen-Johansson, Sever, etc.), tendinopatias, ruturas ligamentares decorrentes de mecanismos de entorse, rutura da coifa dos rotadores, lombalgias, cervicalgias, artrose, Lesões músculo-esqueléticas relacionadas com o trabalho e outras doenças musculoesqueléticas. Adicionalmente, haverá lugar a aulas de literacia em imagiologia no contexto de doenças e

lesões músculo-esqueléticas para que beneficie do conforto e impacto de informação clínica que decorre da imagem e que é determinante para a decisão terapêutica e percurso do doente no contexto do serviço nacional de saúde.

Estratégias para tratamento e intervenção terapêutica: o curso fornecerá um amplo leque de estratégias de tratamento e intervenções terapêuticas para as condições musculoesqueléticas. Serão selecionadas e ajustadas ao contexto, discutidas e explicadas técnicas baseadas em evidências para o controlo da dor, exercícios de reabilitação, intervenções farmacológicas e quando considerar e como fundamentar a referência para colegas especialistas em outros foros e procedimentos diagnósticos complementares. Esse conhecimento objetiva capacitar a prestação de serviços, diagnósticos precisos e tratamentos eficazes para os pacientes, minimizando a necessidade de encaminhamentos desnecessários. Isto é, há de promover uma subida na sensibilidade e especificidade no seu percurso reiterado através de árvores de decisão.

Inovação técnica e terapêutica: O curso enfatiza a importância dos cuidados preventivos e da educação em saúde na saúde musculoesquelética e discute inovações técnicas e terapêuticas que podem ser colocadas ao serviço dos pacientes, por exemplo, avaliação ecográfica e intervenção eco-guiada no contexto de doenças e lesões músculo-esqueléticas.

Em conclusão, o nosso curso de patologia musculoesquelética para médicos especialistas em medicina geral e familiar oferece uma oportunidade única para adquirir conhecimentos especializados e habilidades em contexto multiprofissional. Ao participar no curso, vai aprimorar a sua capacidade de diagnosticar, gerir e tratar condições musculoesqueléticas, oferecendo aos seus pacientes os mais altos padrões de cuidado. Convidamo-lo a juntar-se a nós nesta jornada educacional, com coordenação científico-pedagógica por médicos com experiência prática diária nos desafios enfrentado pelos seus colegas, e desvendar novas possibilidades na saúde musculoesquelética!

Objetivos de aprendizagem

- **Desenvolver literacia para interpretação de exames de imagem:** Obter uma compreensão abrangente das técnicas de imagem utilizadas em patologia musculoesquelética, como radiografias, ressonância magnética, DEXA, para interpretar e utilizar com efetividade na prática clínica a informação disponibilizada pela imagem e vertida nos relatórios.
- **Assimilar, reter e aplicar conhecimentos de patologia musculoesquelética, dos membros inferiores, membros superiores e coluna vertebral:** Identificar e diagnosticar condições musculoesqueléticas frequentes e/ou graves, suportados na apresentação clínica, fisiopatologia, patocronia e árvores de decisão. Aplicar estratégias de tratamento baseadas em boas práticas, evidência e reconhecer critérios para um encaminhamento adequado a especialistas.
- **Assimilar, reter e aplicar conhecimentos de patologia musculoesquelética pediátrica:** Identificar e diagnosticar condições musculoesqueléticas frequentes e/ou graves,

suportados na apresentação clínica, fisiopatologia, patocronia e árvores de decisão. Aplicar estratégias de tratamento baseadas em boas práticas, evidência e reconhecer critérios para um encaminhamento adequado a especialistas.

- **Assimilar, reter e aplicar conhecimentos de Lesões músculo-esqueléticas relacionadas com o trabalho:** Compreender o impacto de fatores ocupacionais na saúde musculoesquelética, incluindo lesões por esforço repetitivo, considerações ergonómicas e distúrbios traumáticos cumulativos. Desenvolver estratégias de prevenção, diagnóstico e gestão de condições musculoesqueléticas relacionadas com o trabalho, e reconhecer indicações para encaminhar pacientes a especialistas em saúde ocupacional.
- **Discutir e explicar inovações técnicas e terapêuticas:** avaliar a importância dos cuidados preventivos e da educação em saúde na saúde musculoesquelética e discutir a viabilidade e oportunidades trazidas por inovações técnicas e terapêuticas que podem ser colocadas ao serviço dos pacientes.

Duração do Curso:

Total de horas: 20 horas

Destinatários

O Curso de formação **Patologia Musculoesquelética em Medicina Geral e Familiar: Avaliação, diagnóstico e referência em cuidados de saúde primários** destina-se a médicos de medicina geral e familiar e outros profissionais de saúde.

Modalidade de formação

Outras ações de formação contínua (não inseridas no Catálogo Nacional de Qualificações).

Forma de organização da formação

Formação E-learning.

Conteúdos programáticos e Carga horária

Módulo	Tema	Carga horária
Módulo 1: O impacto da patologia músculo-esquelética, referência, literacia em imagiologia e ecografia músculo-esquelética nos cuidados de saúde primários.	Relevância da patologia músculo-esquelética nos cuidados de saúde primários (CSP): prevalência de sinais e sintomas desta patologia no dia-a-dia do médico de família.	1h
	Princípios gerais da referência a medicina física e reabilitação, ortopedia e traumatologia e medicina da dor. A importância da comunicação entre os diferentes níveis de cuidados de saúde na reabilitação.	1h
	Literacia em imagiologia no contexto da doença músculo-esquelética em CSP.	2h
	Ecografia músculo-esquelética e intervenção eco guiada nos CSP – mito ou realidade?	1h
Módulo 2: Avaliação diagnóstica, intervenções terapêuticas e referência em patologia do membro superior	Ombro doloroso: entidades nosológicas, exame objetivo e premissas clínicas para orientar o estudo imagiológico- quando referenciar e como tratar.	1h30
	Abordagem ao doente com dor no cotovelo e antebraço: entidades nosológicas, exame objetivo e estudo imagiológico adequado. Quando referenciar e como tratar	
	Patologia do punho e da mão: entidades nosológicas, exame objetivo e estudo imagiológico adequado. Quando referenciar e como tratar	
	Patologia do membro superior na consulta aberta - discussão de casos clínicos por especialistas de MGF	1h
Módulo 3: Avaliação diagnóstica, intervenções terapêuticas e referência em patologia do membro inferior	Anca dolorosa: da coxartrose ao síndrome doloroso do grande trocânter. Como avaliar e como orientar	1h
	Dor no joelho em CSP. Como avaliar e como orientar.	1h
	Abordagem ao doente com dor no pé e/ou tornozelo: como avaliar e como orientar.	1h

	Patologia do membro inferior na consulta aberta – discussão de casos clínicos por especialistas de MGF.	1h
Módulo 4: Avaliação diagnóstica, intervenções terapêuticas e referência em patologia da coluna vertebral	Gestão do paciente com dor cervical. Como orientar e como tratar.	1h30
	Gestão do paciente com dor lombar. Avaliação clínica. Os exames complementares diagnósticos a pedir e porquê. Quando referenciar.	
	Patologia da coluna vertebral – discussão de casos clínicos por especialistas de MGF.	1h
Módulo 5: Lesões músculo-esqueléticas relacionadas com o trabalho.	Lesões músculo-esqueléticas relacionadas com o trabalho – abordagem às principais LMERT. Doença Profissional – quando suspeitar e como orientar.	2h
Módulo 6: Patologia músculo-esquelética em idade pediátrica.	Patologia músculo-esquelética em idade pediátrica – o que rastrear e timing para o fazer. Achados clínicos a valorizar e como orientar.	2h
Módulo 7: Tratamento conservador de patologia músculo-esquelética e meios de contenção seletiva.	Tratamento conservador de patologia músculo-esquelética: prescrição de recursos terapêuticos ajustada às circunstâncias clínicas e individuais.	1h
	Ortóteses e ligaduras funcionais – quando e quais recomendar.	1h
TOTAL HORAS		20h

Metodologias de formação

A componente teórica e teórico-prática do curso decorrerá em ambiente e-learning, através da plataforma disponibilizada pela Academia Clínica Espregueira. Encontra-se prevista a realização de aulas síncronas e assíncronas/debate em formato de videoconferência com formadores.

O curso encontra-se estruturado num formato cumpridor dos standards internacionais de e-learning, ou seja, conteúdos interativos que podem ser acedidos em qualquer dispositivo – Computador, telemóvel ou Tablet.

No decorrer do curso será disponibilizado um fórum que permitirá acompanhar e desenvolver os conteúdos através de uma tutoria ativa; a qualquer momento poderá participar nas sessões ou colocar questões que serão respondidas num prazo máximo de 48 horas.

A componente prática do curso terá lugar em instalações clínicas dotadas dos equipamentos, materiais e atividade clínica necessários e conducentes a alcançar os objetivos de conhecimento e desempenho previstos para o programa de formação específica.

Avaliação e Certificação

A classificação final no curso resultará da classificação quantitativa obtida por exame final. A avaliação compreende as respostas a um exame de escolha múltipla com 20 perguntas. Cada resposta correta contribui com 1 valor para a classificação final. O exame será realizado no fim do curso.

A avaliação final de um curso é expressa através de uma classificação na escala numérica de 0 a 20 valores, considerando-se aprovação a obtenção de um mínimo de 10 valores.

A classificação final do curso pode ser acompanhada de uma menção qualitativa, expressa na seguinte escala: Suficiente (10 a 13), Bom (14 e 15), Muito bom (16 e 17) e Excelente (18 a 20).

De acordo com a legislação portuguesa (DL 42/2005 de 22 de fevereiro), as notas abaixo de 10, na escala de 0 a 20, implicam reprovação.

No final da ação será aplicado um instrumento de avaliação para aferição da satisfação dos participantes relativamente ao processo formativo e às condições de realização da ação, visando eventuais ações de melhoria.

No final do curso será emitido um Certificado de Formação Profissional, conforme legislação em vigor (Portaria nº 474/2010 de 8 de julho), a todos os participantes que concluírem com aproveitamento a ação de formação. O referido certificado, assim como um diploma, serão disponibilizados em formato digital na área do participante, no site da Academia Clínica Espregueira, num prazo máximo de 30 dias úteis, após a data de término da ação. Caso o aluno não tenha aproveitamento será emitido um Certificado de Frequência de Formação Profissional.

Requisitos

Os participantes devem reunir os seguintes requisitos:

- Acesso a computador/telemóvel/Tablet com ligação à Internet e browser (por exemplo, o Chrome, Internet Explorer, Firefox ou Safari);

- O computador/telemóvel/Tablet deverá ainda possibilitar acesso a sistema de imagem e áudio para sessões em videoconferência, estar dotado de câmara e permitir a instalação/acesso à plataforma Zoom;
- Possuir conhecimentos de informática na ótica do utilizador.

Recursos pedagógicos

Materiais de formação de apoio, artigos científicos, apresentações em PowerPoint e Slides utilizados durante as sessões de formação.

Instalações adequadas e dotadas de equipamentos, materiais e profissionais ajustados à materialização científico-pedagógica e técnica do programa de formação.

No final de cada sessão, o participante tem a possibilidade de efetuar o download dos materiais de formação utilizados para gravar no seu computador e/ou imprimir (utilização pessoal apenas. A distribuição dos mesmos não é permitida).