



Conselho Regional de Enfermagem de São Paulo

CÂMARA TÉCNICA PARECER COREN-SP 022/2019

Ementa: Competência do Enfermeiro na orientação e prescrição de grupo de caminhada.

1. Do fato

Solicitação de parecer sobre a competência do enfermeiro na orientação e indicação/prescrição de grupo de caminhada.

2. Da fundamentação e análise

O sedentarismo representa em nossos dias uma ameaça à saúde por constituir um fator de risco para o surgimento ou manutenção de doenças crônicas muito frequentes. Os benefícios da atividade física são consideráveis, destacando-se a redução dos níveis de colesterol, queima de calorias, fortalecimento muscular e ósseo, melhora na capacidade pulmonar e na flexibilidade das articulações. O exercício físico também atua como meio profilático e no tratamento de diversas doenças e agravos não transmissíveis, tais como diabetes mellitus, hipertensão arterial sistêmica e obesidade (BRANDÃO; AMOEDO; NOBRE, 2012; MENDES *et al.*, 2012).

A promoção da saúde é vista como uma das principais estratégias pelas quais os indivíduos são capacitados para ter maior controle sobre sua própria saúde, reconhecendo seus limites e objetivando melhoria da qualidade de vida. Essa concepção adotada pelos participantes da I Conferência Internacional sobre



Conselho Regional de Enfermagem de São Paulo

Promoção da Saúde, em 1986, resultou no documento Carta de Ottawa, que estabelece como estratégias de promoção: políticas públicas saudáveis; criação de ambientes saudáveis; reforço da ação comunitária; desenvolvimento de habilidades pessoais; reorientação do sistema de saúde (CHUNG *et al.*, 2009).

A Política Nacional de Promoção da Saúde (PNPS), instituída no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS) em 2006, e revisada em 2010, elenca como ações de promoção da saúde, as práticas corporais (PC) e atividades físicas (AF), que compreende promover ações, aconselhamento e divulgação de práticas corporais e atividades físicas, incentivando a melhoria das condições dos espaços públicos, considerando a cultura local e incorporando brincadeiras, jogos, danças populares, dentre outras práticas. A PNPS reforça o papel dos determinantes sociais no processo saúde-doença e inclui as PC e AF como uma de suas ações prioritárias (BRASIL, 2015).

A Política Nacional de Atenção Básica (PNAB) reafirma a Estratégia Saúde da Família (ESF) como a estratégia prioritária para organizar a AB, favorecendo o acesso universal e contínuo a serviços de saúde de qualidade, mediante o cadastramento e a vinculação dos usuários (BRASIL, 2017). Outro marco no processo de consolidação da AB e fortalecimento das PCs e AFs é a criação, em 2008, dos Núcleos de Apoio à Saúde da Família (NASF), possibilitando a ampliação da oferta, da abrangência e da resolutividade dos serviços de saúde na rede, através de equipes multiprofissionais, inclusive profissionais de educação física, de forma integrada com a ESF, o que favoreceu o fortalecimento das PCs e AFs como oferta de cuidado.

A publicação do Ministério da Saúde nº 35, *Estratégias para o Cuidado da Pessoa com Doença Crônica*, evidencia que o movimento corporal é uma necessidade



Conselho Regional de Enfermagem de São Paulo

inerente ao ser humano. É utilizado como forma de expressão, de trabalho e de lazer e é imbuído de significado e de valores culturais. As necessidades e os usos do movimento corporal transformaram-se ao longo da história, influenciados pela capacidade de desenvolver ferramentas, pelo modelo produtivo, pelas relações de trabalho e pelos significados atribuídos às práticas corporais, como lazer, arte, esportes, lutas, aptidão física e saúde. Essas transformações trouxeram mudanças no estilo de vida das populações, alterando significativamente o perfil alimentar e o nível de atividade física de forma global. As atividades físicas/práticas corporais precisam fazer parte do dia a dia. Nesse sentido, é importante incorporar aos poucos atividades segundo seus interesses, necessidades e limitações. Essa incorporação pode ser iniciada com o aumento no volume, ou seja, na duração das atividades e na frequência em que são realizadas, para depois aumentar a intensidade, de forma a alcançar os níveis recomendados para a saúde e desejados pelo usuário (BRASIL, 2014).

Quanto à Abordagem na Atenção Básica, entender as diferenças conceituais sobre o movimento corporal é importante para os profissionais de saúde refletirem sobre quais estratégias e abordagens de cuidado adotarão em suas práticas, em um campo que, historicamente, por influência dos programas de “prevenção de doenças” e “promoção da saúde”, a abordagem dos profissionais se limitava a “receitar” um conjunto de atividades físicas. O olhar limitado apenas à necessidade de ampliar o nível de atividade física desconsidera o sujeito em sua subjetividade, o que diminui a “adesão” do usuário em promover mudanças de estilo de vida e a adotar hábitos mais saudáveis. A partir dos conceitos apresentados, os profissionais de Saúde podem adotar estratégias dialógicas no intuito de:

[...]

- levantar histórico de atividade física/práticas corporais realizadas pelo usuário, principalmente nos últimos dois anos;



Conselho Regional de Enfermagem de São Paulo

- identificar as possíveis motivações do usuário para a prática de atividade física/ práticas corporais;
- identificar, no território, grupos e espaços que estimulem estes hábitos;
- identificar e acionar “redes” de apoio da própria comunidade, como associações, grupos culturais, grupos de convivência;
- promover espaços de encontro;
- orientar sobre os benefícios e possíveis riscos da prática de atividade física/ prática corporal;
- orientar sobre as necessidades específicas de atividade física/prática corporal para grupos “especiais” como pessoas com doenças crônicas;
- avaliar comorbidades, no intuito de adequar os “interesses” dos usuários com as potencialidades e limitações de cada tipo de atividade física/prática corporal;
- estimular a adoção de outros hábitos de vida saudáveis como alimentação e cessação do tabagismo;
- acionar, sempre que necessário, profissionais de apoio como os Núcleos de Apoio à Saúde da Família (Nasf) [...] (Brasil, 2014).

Ainda sobre o movimento corporal, a caminhada constitui uma das mais naturais atividades físicas por ser uma atividade simples, facilmente controlável, sem a necessidade de equipamentos especiais e pode ser praticada por qualquer pessoa. Na caminhada, o movimento básico é a marcha, que se diferencia da corrida, pois na marcha não existe a fase de voo, momento em que os pés deixam de ter contato com o solo. Além de ser considerada uma das práticas mais seguras do ponto de vista cardiovascular e ortopédico, apresenta maior índice de aderência em exercícios para prevenção de problemas e promoção da saúde. A caminhada não necessita de equipamentos especiais, podendo ser praticada em qualquer ambiente, próximo de casa ou do trabalho, de forma individual ou coletiva (LIMA, 1998; NUNES; SANTOS, 2009).

O processo de enfermagem (PE) constitui-se em um método de trabalho utilizado por Enfermeiros para guiar a prática assistencial. Este se organiza de forma sequencial e sistemática e contribui para auxiliar na organização e promoção de estratégias de atenção específicas para a clientela assistida, incluindo as diretrizes para o cuidado humanizado e a segurança do paciente. O PE organiza-se em cinco



Conselho Regional de Enfermagem de São Paulo

fases interrelacionadas que direcionam o Enfermeiro e o paciente para que, juntos, realizem a investigação para determinar as necessidades de cuidados, a determinação dos diagnósticos de enfermagem para problemas de saúde reais ou potenciais, a identificação dos resultados esperados, planejamento e a implementação do cuidado e a avaliação dos resultados. Assim possibilita ao enfermeiro avaliar sua prática assistencial (ALFARO-LEFREVE; 2012).

Neste contexto, a avaliação realizada pelo Enfermeiro tem como objetivo o levantamento de dados sobre o estado de saúde do paciente e anotação das anormalidades encontradas para validar as informações obtidas, analisá-las e chegar ao diagnóstico de enfermagem. Por conseguinte, os diagnósticos de enfermagem representam um julgamento clínico das respostas do indivíduo, da família ou da comunidade aos processos vitais ou aos problemas de saúde atuais ou potenciais, os quais fornecem a base para a seleção das intervenções de enfermagem que possibilitem atingir resultados pelos quais o Enfermeiro é responsável (NANDA-I, 2018-2020).

O diagnóstico de enfermagem Estilo de Vida Sedentário (EVS) foi aprovado em 2004, pela NANDA-Internacional:

[...]

2.1 Definição

Um hábito de vida que se caracteriza por baixo nível de atividade física.

Características definidoras

Falta de condicionamento físico

Média de atividade física diária inferior à recomendada para idade e sexo

Preferência por atividades com pouca atividade física

Fatores relacionados

Conhecimento insuficiente sobre os benefícios à saúde associados ao exercício físico

Interesse insuficiente em atividades físicas

Motivação insuficiente para a atividade física



Conselho Regional de Enfermagem de São Paulo

Recursos insuficientes para a atividade física
Treinamento insuficiente para fazer atividade física
[...] (NANDA-I, 2018-2020).

Para estabelecer uma classificação abrangente e padronizada das intervenções realizadas por Enfermeiros, a partir dos diagnósticos de enfermagem, foi desenvolvida a Classificação das Intervenções de Enfermagem: Nursing Interventions Classification (NIC). Uma intervenção é definida como qualquer tratamento baseado no julgamento e no conhecimento clínico que um Enfermeiro realiza para melhorar os resultados do paciente.

A intervenção é voltada para alterar os fatores etiológicos (na taxonomia de Nanda, os fatores relacionados) associados ao diagnóstico. Se a intervenção é bem-sucedida na alteração da etiologia, pode se esperar que o estado do paciente melhore.

Na Taxonomia da NIC, observamos as intervenções relacionadas ao controle de atividade física e exercício:

[...]

Nível 1- Domínio 1: Fisiológico básico

Nível 2- Classe A: Controle de Atividades e Exercício

Intervenções para organizar ou auxiliar a atividade física e a conservação e gasto de energia

Nível 3- Intervenções

Promoção da Mecânica Corporal

Controle de Energia

Promoção do Exercício

Promoção do exercício: treino para fortalecimento

Promoção do exercício: alongamento

Terapia com exercícios: deambulação

Terapia com exercícios: equilíbrio

Terapia com exercícios: mobilidade articular

Terapia com exercícios: controle muscular

Ensino: atividade/exercício

[...] (BULECHEK; *et al.*, NIC, 2010)



Conselho Regional de Enfermagem de São Paulo

Considerando a Lei nº 7.498/86 de 25 de junho de 1986, que dispõe sobre a regulamentação do exercício de enfermagem e dá outras providências:

[...]

Art. 11 – O Enfermeiro exerce todas as atividades de Enfermagem, cabendo-lhe:

I – privativamente:

[...]

c) planejamento, organização, coordenação, execução e avaliação dos serviços de assistência de Enfermagem;

[...]

e) consulta de Enfermagem;

f) prescrição da assistência de Enfermagem;

[...]

II – como integrante na equipe de saúde:

a) participação no planejamento, execução e avaliação da programação de saúde [...] (BRASIL, 1986).

A Resolução Cofen nº 564, de 6 de novembro de 2017, estabelece que o profissional de enfermagem atua com autonomia e em consonância com os preceitos éticos e legais, técnico-científico e teórico-filosófico; exerce suas atividades com competência para promoção do ser humano na sua integralidade, de acordo com os princípios da ética e da bioética, e participa como integrante da equipe de enfermagem e de saúde na defesa das políticas públicas, com ênfase nas políticas de saúde que garantam a universalidade de acesso, integralidade da assistência, resolutividade, preservação da autonomia das pessoas, participação da comunidade, hierarquização e descentralização político-administrativa dos serviços de saúde (CONSELHO FEDERAL DE ENFERMAGEM, 2017).

3. Da conclusão



Conselho Regional de Enfermagem de São Paulo

Diante do exposto e considerando a legislação, concluímos que o Enfermeiro, como membro da equipe multiprofissional, desempenha importante atuação nas ações de promoção da saúde como as PCs e AFs.

Mediante a implementação do processo de enfermagem (PE), o Enfermeiro determina o diagnóstico de enfermagem “Estilo de Vida Sedentário” e estabelece o planejamento das intervenções que contemplam atividades educativas, estímulo e orientação à clientela para a prática corporal/atividade física, visando à promoção da saúde. Assim sendo, compete ao Enfermeiro a orientação e indicação/prescrição de grupo de caminhada.

É o parecer.

Referências

ALFARO-LEFEVRE; R. **Aplicação do processo de enfermagem: uma ferramenta para o pensamento crítico.** Trad. por Thorell, A. 7. Ed. Porto Alegre: Artes Médicas, 2010.

BRANDÃO, A. A.; AMOEDO, C.; NOBRE, F. **Hipertensão.** Rio de Janeiro: Elsevier; 2012.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. **Política Nacional de Promoção da Saúde: PNPS: revisão da Portaria MS/GM nº 687, de 30 de março de 2006.** Brasília, 2015. Disponível em:



Conselho Regional de Enfermagem de São Paulo

<http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/pnps_revisao_portaria_687.pdf>.

Acesso: em 10 maio 2019.

_____. Lei nº 7.498, de 25 de junho de 1986. **Dispõe sobre a regulamentação do exercício da Enfermagem e dá outras providências.** Diário Oficial da União, Brasília, DF, 26 jun. 1986. Disponível em: < http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l7498.htm>. Acesso: em 10 maio 2019.

_____. Decreto nº. 94.406, de 08 de junho de 1987. **Regulamenta a Lei nº 7.498, de 25 de junho de 1986, que dispõe sobre o exercício da enfermagem, e dá outras providências.** Conselho Federal de Enfermagem, Brasília, DF. Disponível em: < [http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/decreto/1980-1989/D94406 .htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/decreto/1980-1989/D94406.htm)>. Acesso em: 10 maio 2019.

_____. Ministério da Saúde. Portaria nº 154, de 24 de janeiro de 2008. **Cria os Núcleos de Apoio à Saúde da Família - NASF.** Disponível em: <http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2008/prt0154_24_01_2008.html>. Acesso em: 15 jul. 2019.

_____. Ministério da Saúde. Portaria nº 2.436, de 21 de setembro de 2017. **Aprova a Política Nacional de Atenção Básica, estabelecendo a revisão de diretrizes para a organização da Atenção Básica, no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS).** Disponível em: <http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2017/prt2436_22_09_2017.html>. Acesso em: 15 jul. 2019.

_____. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Estratégias para o cuidado da pessoa com doença crônica. Brasília:





Conselho Regional de Enfermagem de São Paulo

Ministério da Saúde, 2014. 162 p. : il. (Cadernos de Atenção Básica, n. 35). Disponível em: http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/estrategias_cuidado_pessoa_doenca_cronica_cab35.pdf. Acesso em: 15 jul. 2019.

CHUNG, Y.L.; HEE S., KIM, YH; AHN, I.S.K.; YOON, H.C. Development of a community health promotion center based on the World Health Organization's Ottawa Charter health promotion strategies. *Jpn J Nurs Sci*. 2009 Dec; 6(2):83-90.

CLASSIFICAÇÃO DAS INTERVENÇÕES DE ENFERMAGEM (NIC) / Gloria M. Bulechek, Howard K. Butcher, Joanne McCloskey Dochterman; [tradução Soraya Imon de Oliveira... et al]. – Rio de Janeiro: Elsevier, 2010.

CONSELHO FEDERAL DE ENFERMAGEM. Resolução Cofen nº 564/2017. **Aprova o novo Código de Ética dos Profissionais de Enfermagem**. Disponível em: <http://www.cofen.gov.br/resolucao-cofen-no-5642017_59145.html. Acesso em: 10 maio 2019>.

DIAGNÓSTICOS DE ENFERMAGEM DA NANDA-I: definições e classificação 2018-2020 [recurso eletrônico] / [NANDA International]; tradução: Regina Machado Garcez; revisão técnica: Alba Lucia Bottura Leite de Barros... [et al.]. – 11. ed. – Porto Alegre: Artmed.

MENDES, M.; MELO, V.; MARES, V.; SILVA, C.; MOREIRA, P.; SANTOS JÚNIOR, W.; et al. **Perception and practice of regular physical activity among primary healthcare service users**. *Rev APS*. 2013;16(2):151-7. Disponível em: <<file:///C:/Users/SIMONE-PC/Downloads/15165-Texto%20do%20artigo-64562-1-10-20130902.pdf>>. Acesso em: 10 jun. 2019.



Conselho Regional de Enfermagem de São Paulo

NORTH AMERICAN NURSING DIAGNOSIS ASSOCIATION INTERNATIONAL.
Diagnósticos de enfermagem da NANDA: definições e classificação - 2018-2020.
Porto Alegre: Artmed; 2010.

NUNES, M.E.S; SANTOS, S. **Avaliação funcional de idosos em três programas de atividade física: caminhada, hidroginástica e Lian Gong.** Disponível em:
<http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?pid=S1645-05232009000300003&script=sci_arttext&tIng=en>. Acesso em: 15 jul. 2019.

Aprovado na Reunião da Câmara Técnica em 31 de julho de 2019.

Homologado na 1087ª Reunião Plenária.