

APÊNDICE M – Lista definitiva de competências

DIMENSÃO DO CONHECIMENTO CONCEITUAL- CC (04 competências)

COMPETÊNCIA CC 01

Dominar conhecimentos sobre conteúdos biológicos, biomecânicos, psicomotores e dos princípios do treinamento desportivo.

COMPETÊNCIA CC 02

Dominar conhecimentos sobre a compreensão do movimento humano para além da perspectiva biomecânica, do foco restrito ao desenvolvimento das capacidades físicas e no gasto calórico.

COMPETÊNCIA CC 03

Dominar conhecimentos ampliados a respeito da discussão sobre o corpo para outros contextos nas comunidades e nas suas relações com os processos de saúde-adoecimento, não ficando limitado a uma visão biológica de seu funcionamento, ou ainda pelo viés patológico e prescritivo, que enxerga a saúde como ausência de doença. É importante perguntar: de que corpo cada comunidade, cada unidade de saúde ou cada região está falando?

COMPETÊNCIA CC 04

Dominar conhecimentos sobre as nuances de cada grupo específico que devem ser consideradas para a prescrição de exercícios para a prevenção e a promoção da saúde. Estes grupos constituem uma demanda representativa da Atenção Básica à Saúde: idosos, hipertensos, diabéticos, cardiopatas, portadores de doenças osteoarticulares, portadores de necessidades especiais, pacientes pós-reabilitação física, portadores de síndromes, etc.

DIMENSÃO DO CONHECIMENTO PROCEDIMENTAL - CP (04)

COMPETÊNCIA CP 01

Dominar conhecimentos teóricos e técnicos sobre as necessidades específicas e sobre o conteúdo a ser ministrado aos grupos de atividade física, tendo condições de explicar o que se faz, como se faz e por que se faz.

COMPETÊNCIA CP 02

Dominar conhecimentos sobre os objetivos da avaliação, quais medidas avaliar, a identificação das evidências concretas e os parâmetros para qualidade vida.

COMPETÊNCIA CP 03

Dominar conhecimentos sobre os protocolos de avaliação existentes, de modo a utilizar o que for mais adequado e coerente para ser aplicado com o público alvo, levando em consideração as diferentes realidades encontradas em saúde pública.

COMPETÊNCIA CP 04

Dominar conhecimentos sobre práticas corporais diversas que compõem a cultura corporal do movimento: jogos, dança, esportes, lutas, os vários tipos de ginástica, jogos de salão, práticas orientais, além de outras práticas mais comuns, como caminhada, alongamento e musculação.

DIMENSÃO DO CONHECIMENTO CONTEXTUAL - CX (08)**COMPETÊNCIA CX 01**

Dominar conhecimentos sobre o Sistema Único de Saúde, seu processo de construção e consolidação histórica, seus princípios e diretrizes, leis e portarias, bem como, sua organização em níveis de atenção e de gestão.

COMPETÊNCIA CX 02

Dominar conhecimentos específicos sobre a rede do SUS: seus serviços, direitos, deveres, área de atuação, limites, responsabilidades e possibilidades de atuação neste sistema. Conhecer a realidade urbana e rural.

COMPETÊNCIA CX 03

Dominar conhecimentos sobre as políticas públicas nacionais, estaduais e municipais que regulamentem a atuação do profissional de Educação Física junto ao SUS na Atenção Básica à Saúde. Conhecer a Política Nacional de Promoção da Saúde. Dialogar com as políticas públicas que abarcam proposições que favorecem a implantação de programas de práticas corporais/atividades físicas junto ao SUS.

COMPETÊNCIA CX 04

Dominar conhecimentos sobre a forma de captação de recursos, o formato de apresentação de projetos, as instâncias responsáveis e o fluxo hierárquico a ser seguido

COMPETÊNCIA CX 05

Dominar conhecimentos sobre singularidades, desejos e prazeres do ser humano, que podem ser vivenciados por uma prática corporal pedagogicamente bem estruturada, que priorize o auto-conhecimento, o auto-cuidado, o sensível, o expressivo e o criativo, aspectos tão necessários quanto o curativo e o preventivo.

COMPETÊNCIA CX 06

Dominar conhecimentos sobre quais práticas corporais são realizadas em uma determinada comunidade mapeando os locais em que estas acontecem ou podem acontecer.

COMPETÊNCIA CX 07

Dominar conhecimentos sobre epidemiologia, em especial, sobre as necessidades e os determinantes sociais de saúde das pessoas referenciadas ao território onde as atividades são desenvolvidas.

COMPETÊNCIA CX 08

Dominar conhecimentos para discutir a corporeidade e o lazer no âmbito da Atenção Básica à Saúde.

DIMENSÃO DA HABILIDADE DE PLANEJAMENTO - HP (13)**COMPETÊNCIA HP 01**

Ser capaz de planejar ações, tendo conhecimento da missão da secretaria da saúde e habilidade de fazer as intervenções frente as demandas oriundas do próprio local de atuação. Estabelecer métodos, cumprir a programação, saber como organizar e estruturar sua atuação profissional, estimulando e favorecendo a atuação multidisciplinar. Buscar a utilização lógica e racional dos recursos disponíveis para a implantação e implementação da sua prática laboral.

COMPETÊNCIA HP 02

Ser capaz de desenvolver estratégias e metodologias de formação de acordo com os pressupostos da educação permanente.

COMPETÊNCIA HP 03

Ser capaz de capacitar profissionais e/ou membros da comunidade para atuarem como facilitadores nas ações de atividade física/práticas corporais.

COMPETÊNCIA HP 04

Ser capaz de apoiar e instrumentalizar de forma matricial, outros profissionais de saúde com informações específicas acerca de atividade física e práticas corporais.

COMPETÊNCIA HP 05

Ser capaz de buscar atualização e capacitação profissional constante nas diferentes áreas do conhecimento que forem necessárias.

COMPETÊNCIA HP 06

Ser capaz de realizar ações de prevenção pautando-se pela agenda da saúde pública, tendo como meio a prática da atividade física e a alimentação mais saudável.

COMPETÊNCIA HP 07

Ser capaz de construir coletivamente as intervenções em saúde, demonstrando que não se considera o único detentor do saber e da realidade vivida na Atenção Básica à Saúde.

COMPETÊNCIA HP 08

Ser capaz de orientar e executar práticas corporais por meio de processos de ensino-aprendizagem que promovam a cooperação, o respeito pelos outros e a autonomia do usuário com relação ao seu corpo e a sua prática corporal. As práticas corporais podem ser propostas e construídas com os usuários, de acordo com o contexto produzido por toda equipe de saúde, não caracterizando apenas uma atividade isolada de um profissional.

COMPETÊNCIA HP 09

Ser capaz de diversificar as práticas corporais, evitando cair na mesmice dos programas prontos de exercícios localizados e séries de exercícios resistidos, uma vez que as necessidades de saúde são diferentes em cada população. Propor o lazer, o lúdico e quebrar padrões.

COMPETÊNCIA HP 10

Ser capaz de planejar e aplicar programas de exercícios, controlando as variáveis que podem interferir no desenvolvimento dos mesmos, tais como: intensidade, duração, volume, frequência, ritmo, modalidade, público alvo, características do local, respostas fisiológicas, contra-indicações e informações sobre a utilização de equipamentos e materiais específicos.

COMPETÊNCIA HP 11

Ser capaz de prescrever exercícios para grupos especiais de forma a não piorar uma condição específica, ajudando no processo de controle da doença e melhorando a condição de saúde geral ao controlar os fatores de risco envolvidos.

COMPETÊNCIA HP 12

Ser capaz de organizar eventos que promovam as práticas corporais, a saúde e a vida, atingindo grandes públicos, agregando valores e reforçando sentidos.

COMPETÊNCIA HP 13

Ser capaz de elaborar e criar programas e projetos de atividades físicas, pensando a longo prazo e em larga escala populacional.

DIMENSÃO DA HABILIDADE DE COMUNICAÇÃO – HC (06)**COMPETÊNCIA HC 01**

Ser capaz de estabelecer vínculo com o usuário e com a comunidade por meio de escuta sensível, a fim de identificar os reais motivos que levam uma pessoa ao atendimento.

COMPETÊNCIA HC 02

Ser capaz de fazer o usuário compreender as adaptações fisiológicas que acontecem no seu organismo quando ele participa de práticas corporais, sejam elas agudas ou crônicas, bem como, as contra-indicações para o exercício. Traçar sempre um paralelo entre os benefícios fisiológicos adquiridos através da prática regular de atividades físicas e os benefícios gerados por essa prática em termos de saúde.

COMPETÊNCIA HC 03

Ser capaz de esclarecer sobre os cuidados gerais na manutenção da saúde, no desempenho das atividades, na mobilidade funcional, na socialização e no lazer, reduzindo os níveis de sedentarismo e obesidade, a fim de criar proposições eficazes, que mobilizem e gerem resolutividade na perspectiva da promoção da saúde.

COMPETÊNCIA HC 04

Ser capaz de conscientizar os usuários sobre a importância da prática regular da atividade física, dando dicas sobre a manutenção de hábitos saudáveis. Dar orientações sobre alimentação, hidratação, tabagismo, álcool e também informações sobre a importância do descanso e do lazer. Ter a capacidade de multiplicar ações que permitam mudanças de hábitos na população.

COMPETÊNCIA HC 05

Ser capaz de comunicar-se de diversas formas para diferentes públicos, expondo claramente suas idéias e opiniões.

COMPETÊNCIA HC 06

Ser capaz de passar o conhecimento aos usuários, de modo que este se torne autônomo e consiga praticar exercícios de forma segura, mesmo sem a presença do profissional de educação física.

DIMENSÃO DA HABILIDADE DE AVALIAÇÃO - HA (04)**COMPETÊNCIA HA 01**

Ser capaz de realizar avaliação física, de modo a se conhecer o usuário sob o aspecto físico, antropométrico, cardiovascular, psíquico, bem como, o seu histórico de saúde. Ser capaz de avaliar para saber prescrever, orientar, quantificar e reavaliar a aptidão física relacionada a saúde, o nível de atividade física, a capacidade funcional e a estratificação de risco para a saúde dos usuários.

COMPETÊNCIA HA 02

Ser capaz interpretar as informações obtidas na avaliação para poder estimular, sensibilizar, prescrever e instrumentalizar os usuários para a prática regular de atividades físicas que atendam suas necessidades e anseios de maneira individualizada e coletiva no processo de promoção da saúde.

COMPETÊNCIA HA 03

Ser capaz de avaliar o programa, analisar resultados, ter momentos de avaliar seu trabalho como indivíduo e como grupo e também receber avaliações do grupo.

COMPETÊNCIA HA 04

Ser capaz de realizar avaliação individual e coletiva das pessoas que compõem os grupos de práticas, considerando a forma em que elas vivem, as possibilidades e o nível de atividade física habitual, bem como, o contexto social e cultural que elas estão inseridas.

DIMENSÃO DA HABILIDADE DE “INCENTIVAÇÃO” - HI (03)**COMPETÊNCIA HI 01**

Ser capaz de favorecer a participação do usuário, incentivando a autonomia, o empoderamento e a co-responsabilidade dos mesmos nas ações em saúde. Possibilitar aos usuários o conhecimento e o entendimento sobre as necessidades de saúde, sua e de sua comunidade.

COMPETÊNCIA HI 02

Ser capaz de propor atividades e exercícios que permitam a participação de todos. Pactuar regras em ato, configurar cenários coletivamente e acolher a diferença. Saber que limitações cada pessoa ou cada grupo de pessoas tem na realização de exercícios para sugerir e exigir exercícios de acordo com essas características.

COMPETÊNCIA HI 03

Ser capaz de coordenar atividades coletivas (grupos) com o objetivo de favorecer a socialização, a inclusão, a autonomia em cuidados à saúde e as mudanças de hábito. Entender que estas mudanças de hábitos e comportamentos ocorrem também a partir da convivência com pessoas que tem objetivos comuns.

DIMENSÃO DA HABILIDADE DE GESTÃO - HG (10)**COMPETÊNCIA HG 01**

Ser capaz de gerir os imprevistos frente às diferentes realidades, homogeneidade e heterogeneidade dos grupos em seus aspectos sociais, culturais, físicos e também das condições de trabalho. Criar alternativas para lidar com as dificuldades presentes no cenário de trabalho sem comprometer a qualidade do serviço prestado.

COMPETÊNCIA HG 02

Se capaz de compreender que as dificuldades existem para serem superadas e não para nos impedir, possibilitando adaptações, ações resolutivas e imediatas quando confrontamos com situações adversas às de costume.

COMPETÊNCIA HG 03

Se capaz de problematizar possibilidades de intervenção junto com a comunidade e com a equipe de saúde, para que as ações possam ser discutidas com maior aprofundamento.

COMPETÊNCIA HG 04

Ser capaz de agir priorizando a inclusão e estimulando a participação da comunidade.

COMPETÊNCIA HG 05

Ser capaz de agir utilizando tecnologias de elevada complexidade e de baixa densidade, para resolver os infinitos problemas de saúde, entendendo que a Atenção Básica à Saúde abrange ações de promoção, manutenção e proteção da saúde, prevenção de doenças, diagnóstico, tratamento e reabilitação.

COMPETÊNCIA HG 06

Ser capaz de atuar em equipe (multi-inter-transdisciplinarmente), considerando a dinâmica e complexa realidade do trabalho no SUS, e que as respostas nem sempre estão prontas e acabadas. Compor, mediar, estimular e envolver as pessoas, considerando e incluindo os conhecimentos que elas trazem para compreender, ampliar, direcionar e resolver problemas com um sentido mais coerente e significativo entre o saber técnico e as necessidades dos grupos/pessoas atendidas.

COMPETÊNCIA HG 07

Ser capaz de garantir ao gestor dados coerentes e fidedignos para que o projeto se justifique.

COMPETÊNCIA HG 08

Ser capaz de procurar a articulação entre as redes de saúde.

COMPETÊNCIA HG 09

Ser capaz de mapear redes de proteção social, coletivos organizados, redes de referência dos serviços de saúde e outras instâncias e instituições de promoção da saúde que fazem parte do território referente à população adscrita.

COMPETÊNCIA HG 10

Ser capaz de prestar os primeiros socorros em caso de emergências no decorrer do serviço, sabendo encaminhar a pessoa para os cuidados mais complexos.

DIMENSÃO DAS ATITUDES - AT (06)**COMPETÊNCIA AT 01**

Demonstrar controle em uma situação de acidente durante as atividades.

COMPETÊNCIA AT 02

Demonstrar flexibilidade e criatividade diante da complexidade e variabilidade presente no contexto na Atenção Básica à Saúde.

COMPETÊNCIA AT 03

Demonstrar alteridade, colocando-se no lugar do outro, nas relações com os usuários e com os outros profissionais, reconhecendo o papel de cada um como sujeito do processo de promoção e proteção à saúde.

COMPETÊNCIA AT 04

Demonstrar, por meio de relações humanizadas, o entendimento de que os indivíduos são diferentes e imperfeitos, pautando-se num conceito ampliado de saúde. Incluir aspectos importantes no cotidiano das relações, tais como: carinho, atenção, exigência, responsabilidade, compromisso, respeito aos valores, às pessoas, ao serviço e à política proposta.

COMPETÊNCIA AT 05

Demonstrar liderança frente a orientação das atividades, escutando e avaliando idéias, estabelecendo diálogo, delegando tarefas e mobilizando cada vez mais atores.

COMPETÊNCIA AT 06

Demonstrar respeito diante das diferenças entre as pessoas, mediando conflitos e dificuldades em um diálogo constante. Atuar na perspectiva de agregar pessoas, de estabelecer um bom relacionamento e de produzir inovações na construção da integralidade da atenção.