

EXERCÍCIO CLÍNICO E FORMAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA EM UM ESTAGIO CURRICULAR SUPERVISIONADO NO RECIFE

Vítor José Monteiro Borges da Silva Valente¹; Yasmin Kenneth Galdino de Assunção²

valenteg497@gmail.com*

RESUMO

O estágio curricular supervisionado constitui um importante componente na formação acadêmica, pois possibilita a articulação entre teoria e prática no processo de construção do conhecimento profissional. Nesse contexto, o presente estudo teve como objetivo relatar a experiência de um discente do curso de Bacharelado em Educação Física durante a realização de um estágio curricular obrigatório em um centro de exercício clínico localizado na região metropolitana do Recife. Trata-se de um estudo qualitativo, de caráter descritivo, configurado como relato de experiência, realizado no período de 02 a 18 de março, totalizando 65 horas de atividades. Durante o estágio, foram desenvolvidas atividades como leitura, discussão e apresentação de artigos científicos, análise de estudos de caso clínicos, acompanhamento de avaliações físicas e participação supervisionada em sessões de exercício realizadas tanto na clínica quanto em atendimentos domiciliares. As experiências vivenciadas possibilitaram ao discente maior compreensão sobre o processo de avaliação física, prescrição e monitoramento de exercícios físicos voltados para indivíduos com diferentes condições clínicas, incluindo doenças cardiovasculares, metabólicas e osteomioarticulares. Além disso, o estágio contribuiu para o desenvolvimento da leitura crítica da literatura científica, para o aprimoramento da comunicação acadêmica e para a compreensão da importância do estímulo à autonomia funcional dos pacientes no processo de cuidado. Conclui-se que o estágio curricular supervisionado em contexto clínico representa uma importante estratégia formativa, ao favorecer a integração entre conhecimento teórico e prática profissional, contribuindo para a formação de profissionais mais preparados para atuar na promoção da saúde e no cuidado de indivíduos com diferentes condições de saúde.

Palavras-chave: exercício físico; estágio supervisionado; saúde; educação física; exercício clínico.

Área temática: Relato de experiência.

INTRODUÇÃO

O estágio curricular supervisionado constitui um componente formativo essencial no ensino superior, pois possibilita a articulação entre teoria e prática por meio da práxis reflexiva. Nesse processo, o discente é incentivado a realizar observação sistemática, análise crítica e problematização das situações vivenciadas no contexto profissional, favorecendo a construção ativa do conhecimento por meio da interação com professores supervisores, colegas e demais profissionais envolvidos no processo formativo (Araújo & Martins, 2020).

Essa compreensão do estágio como espaço de formação dialógica e reflexiva fundamenta-se na concepção de que a educação profissional não deve se limitar a um processo mecanicista voltado exclusivamente à execução de tarefas técnicas ou à obtenção de resultados práticos imediatos. Ao contrário, a formação deve integrar, de forma indissociável, teoria e prática, incorporando o diálogo, a reflexão crítica e a contextualização histórica das práticas profissionais. Dessa forma, busca-se superar a dicotomia entre pensar e fazer, promovendo a construção de uma práxis profissional crítica, consciente e em constante desenvolvimento (Marran & Lima, 2011).

No campo da saúde, o profissional de Educação Física possui um amplo campo de atuação, podendo realizar avaliação, prescrição, orientação e acompanhamento de exercícios físicos voltados à promoção da saúde, prevenção de doenças, reabilitação funcional e melhoria da qualidade de vida. Essa atuação pode ocorrer em diferentes contextos, incluindo academias, hospitais, clínicas e programas de saúde, conforme regulamentado pelo Conselho Federal de Educação Física (CONFEF, 2023).

Nesse cenário, destaca-se a crescente importância da inserção do profissional de Educação Física em serviços voltados à saúde, especialmente em ambientes clínicos que utilizam o exercício físico como estratégia terapêutica e preventiva. Tal relevância torna-se ainda mais evidente diante do aumento global das doenças crônicas não transmissíveis, que representam um dos principais desafios para os sistemas de saúde, particularmente em países de baixa e média renda (Saha & Alleyne, 2018).

Apesar do crescente reconhecimento do exercício físico como importante estratégia no cuidado em saúde, ainda são limitados os estudos que abordam a atuação do profissional de Educação Física em contextos clínicos privados. Esses espaços demandam do profissional não apenas domínio técnico e científico, mas também capacidade de análise clínica, tomada de

decisão fundamentada em evidências e atuação interdisciplinar, a fim de garantir intervenções seguras e adequadas às necessidades dos indivíduos atendidos.

Diante desse contexto, o presente estudo teve como objetivo relatar a experiência de um discente durante a realização de um estágio curricular obrigatório em um centro de exercício clínico localizado na região metropolitana do Recife, destacando as atividades desenvolvidas e suas contribuições para a formação acadêmica e profissional.

METODOLOGIA

O presente estudo caracteriza-se como uma pesquisa qualitativa de natureza descritiva, configurando-se como um relato de experiência de um discente do 8º período do curso de Bacharelado em Educação Física de uma Instituição de Ensino Superior (IES). A experiência foi realizada em um centro de exercício clínico localizado na zona sul da região metropolitana do Recife.

O estágio ocorreu no período de 02 a 18 de março, sendo realizado de segunda a sexta-feira, no horário das 13h às 18h, totalizando 65 horas, correspondentes à carga horária destinada ao estágio curricular obrigatório do semestre letivo da instituição.

O centro de exercício clínico atua no acompanhamento e tratamento de diferentes condições de saúde, incluindo reabilitação cardiovascular de pacientes com insuficiência cardíaca, indivíduos em pós-infarto agudo do miocárdio com implantação de stent coronariano, pacientes portadores de marcapasso decorrente de arritmias cardíacas, além de pessoas com doenças metabólicas, como obesidade, diabetes mellitus tipo 2 e hipertensão arterial. O local também atende indivíduos com doenças osteomioarticulares, como osteoporose, artrose, artrite, bursite e tendinopatias.

Durante o período de estágio, o discente participou de diferentes atividades formativas, incluindo leitura e discussão de artigos científicos, elaboração e apresentação de conteúdos em formato de slides, participação em análises de estudos de caso clínicos e acompanhamento das sessões de exercício realizadas no centro. Além disso, foram desenvolvidas atividades observacionais e práticas, nas quais o discente auxiliou na condução de sessões de treinamento sob supervisão profissional.

A utilização dessa estratégia metodológica justifica-se pelo fato de que a pesquisa qualitativa tem contribuído significativamente para a produção científica em diversas áreas do

conhecimento, possibilitando a descrição e interpretação de experiências, práticas profissionais e interações sociais em contextos naturais (O'Brien et al., 2014).

Nesse sentido, o relato de experiência constitui uma modalidade de produção científica que descreve práticas ou intervenções desenvolvidas em contextos acadêmicos ou profissionais, contribuindo para a reflexão sobre processos formativos e práticas pedagógicas (Mussi et al., 2021).

De acordo com Breton (2021), a experiência constitui um processo vivido que antecede sua elaboração reflexiva, sendo posteriormente interpretada e compreendida por meio do pensamento crítico. Nesse sentido, a experiência vivenciada torna-se um importante elemento no processo de aprendizagem, pois é a partir dela que emergem reflexões capazes de promover a construção do conhecimento.

Cabe destacar que o presente estudo não envolveu coleta direta de dados nem intervenção experimental com os pacientes atendidos no serviço. As informações apresentadas foram construídas a partir das vivências do discente durante o período de estágio. Por tratar-se de um relato de experiência de natureza formativa, sem identificação de participantes, o estudo dispensou apreciação por Comitê de Ética em Pesquisa, estando em conformidade com as normativas éticas vigentes, incluindo a Resolução nº 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O estágio curricular supervisionado proporcionou ao discente diferentes vivências que contribuíram para sua formação acadêmica e profissional. Inicialmente, entre as atividades desenvolvidas, destacaram-se momentos de leitura, apresentação e discussão de artigos científicos que abordavam diferentes métodos de treinamento físico aplicados a condições específicas de saúde, como a insuficiência cardíaca.

Nesse contexto, essas atividades estimularam o contato com a literatura científica, favorecendo o desenvolvimento da leitura crítica, da interpretação de resultados de pesquisa e da organização de informações científicas. Além disso, o discente participou da elaboração de apresentações em slides, o que contribuiu para o desenvolvimento de habilidades relacionadas à comunicação científica e à sistematização de conteúdos acadêmicos.

De modo geral, tal abordagem é considerada benéfica para estudantes de graduação, pois favorece o desenvolvimento da alfabetização científica. Nesse sentido, o estudo de

Washburn (2023) investigou a vivência de estudantes com atividades de leitura, discussão e análise de artigos científicos, evidenciando que essas práticas contribuem para ampliar a capacidade de interpretar resultados de pesquisa, compreender delineamentos metodológicos e refletir criticamente sobre evidências científicas. Assim, esses achados são semelhantes às experiências observadas no presente estágio.

Entretanto, o estudo de Washburn (2023) também aponta que estudantes podem apresentar dificuldades iniciais na compreensão crítica dos artigos científicos, especialmente no que se refere à interpretação dos métodos utilizados e à análise mais aprofundada dos resultados apresentados. De forma semelhante, essa dificuldade também foi percebida pelo discente durante o período de estágio, sobretudo na análise de aspectos metodológicos dos estudos e na avaliação crítica das evidências científicas discutidas.

Além das atividades relacionadas à leitura científica, durante o estágio também foram realizados momentos de análise de estudos de caso envolvendo pacientes atendidos no centro de exercício clínico. Nessas discussões, os quadros clínicos eram analisados de forma ampliada, considerando diferentes aspectos relacionados ao histórico de saúde, condições clínicas e limitações funcionais dos pacientes.

Nesse sentido, a utilização do estudo de caso como estratégia de análise mostrou-se relevante para a formação do discente, pois permite compreender de forma mais aprofundada situações clínicas específicas. De acordo com Ventura (2007), o estudo de caso possibilita a exploração detalhada de fenômenos complexos e contribui para a geração de hipóteses e para o avanço do conhecimento científico.

Durante uma dessas discussões, foi analisado o caso de um paciente que apresentava múltiplas morbidades, o que evidenciou a complexidade do processo de cuidado e a necessidade de considerar diferentes fatores clínicos no planejamento das intervenções. Dessa forma, essa experiência contribuiu para ampliar a compreensão do discente sobre os desafios envolvidos no atendimento de pacientes com condições de saúde complexas.

Outro aspecto observado ao longo do estágio foi a organização do processo de atendimento no centro de exercício clínico. Inicialmente, ocorre a recepção do paciente, caracterizada pela avaliação clínico-funcional que integra uma anamnese detalhada, na qual são investigadas informações relacionadas ao histórico de saúde, variáveis cardiorrespiratórias em repouso, antecedentes familiares, uso de medicamentos e principais queixas apresentadas.

Além disso, é realizada a análise de exames complementares apresentados pelos pacientes, o que contribui para a compreensão do quadro clínico e auxilia no planejamento das condutas relacionadas ao exercício físico. Posteriormente, são realizadas avaliação postural e medidas antropométricas, como estatura, massa corporal e circunferências corporais, além da análise da composição corporal por meio de bioimpedância.

Adicionalmente, também são aplicados testes voltados para a avaliação da aptidão física relacionada à saúde, como a bateria Senior Fitness Test, associada a novas medidas de variáveis cardiorrespiratórias durante e após o esforço. Assim, esse conjunto de avaliações permite identificar limitações funcionais, capacidades preservadas e necessidades específicas dos pacientes, fornecendo subsídios importantes para a prescrição individualizada de exercícios físicos.

A partir dessa experiência, o discente pôde compreender a importância da realização de avaliações físicas detalhadas antes da prescrição do exercício físico. Segundo Da Fontoura et al. (2011), todo planejamento de programas de exercício físico deve ser precedido por uma avaliação adequada, conduzida com base em critérios científicos e éticos, garantindo maior segurança e eficácia nas intervenções propostas.

Além das atividades realizadas na clínica, durante o estágio o discente também acompanhou atendimentos domiciliares realizados pela equipe. Nessas ocasiões, foi possível observar a condução das sessões de exercício pela profissional responsável, bem como os procedimentos adotados para o monitoramento de variáveis fisiológicas antes, durante e após as atividades, como pressão arterial e saturação periférica de oxigênio.

Além da observação, o discente auxiliou em algumas tarefas relacionadas à organização das sessões e ao suporte aos pacientes durante a realização dos exercícios. Consequentemente, essa participação permitiu maior aproximação com a prática profissional e contribuiu para o desenvolvimento de maior segurança na condução das atividades.

Outro aprendizado relevante ocorreu durante um dos atendimentos envolvendo um paciente usuário de cadeira de rodas. Nessa situação, a profissional responsável destacou a importância de estimular a realização independente das atividades de vida diária que o paciente ainda é capaz de executar, como, por exemplo, retirar o próprio calçado.

De acordo com a orientação da profissional, incentivar que o paciente realize essas tarefas de forma autônoma contribui para o desenvolvimento e manutenção da autonomia funcional, além de favorecer a melhora da coordenação motora. Assim, essa orientação evidenciou ao discente a relevância do estímulo à independência nas práticas de cuidado, ressaltando que o apoio profissional deve ocorrer sem substituir capacidades preservadas do paciente.

Por fim, nos atendimentos realizados no próprio centro de exercício clínico, o discente foi gradualmente incentivado a participar de forma mais ativa nas sessões de treinamento. Sob supervisão da profissional responsável, passou a conduzir alguns momentos do treino e a refletir sobre a escolha de exercícios mais adequados para determinados pacientes, considerando suas condições clínicas, limitações funcionais e objetivos terapêuticos.

Dessa maneira, essa experiência possibilitou maior aproximação com a prática profissional e contribuiu para o desenvolvimento de habilidades relacionadas à prescrição e condução de exercícios físicos em contexto clínico.

CONCLUSÃO

As experiências vivenciadas durante o estágio curricular supervisionado possibilitaram ao discente uma aproximação significativa com a prática do exercício físico em contexto clínico. As atividades desenvolvidas ao longo do período de estágio, como leitura e discussão de artigos científicos, análise de estudos de caso, acompanhamento de avaliações físicas e participação em atendimentos clínicos e domiciliares, contribuíram para a ampliação do conhecimento teórico-prático e para o desenvolvimento de competências importantes para a atuação profissional.

Além disso, a vivência no centro de exercício clínico permitiu compreender a complexidade envolvida no atendimento de indivíduos com diferentes condições de saúde, evidenciando a importância da realização de avaliações físicas detalhadas, do monitoramento de variáveis fisiológicas e da prescrição individualizada de exercícios físicos. Observou-se também a relevância do estímulo à autonomia funcional dos pacientes durante o processo de cuidado, aspecto fundamental para a promoção da independência e da qualidade de vida.

Dessa forma, o estágio curricular supervisionado mostrou-se fundamental para a formação acadêmica do discente, ao possibilitar a integração entre conhecimentos teóricos e

experiências práticas. Assim, essa vivência contribuiu para o desenvolvimento de uma compreensão mais ampla sobre a atuação do profissional de Educação Física no contexto do exercício clínico, bem como sobre os desafios e responsabilidades envolvidos nesse campo de atuação.

REFERÊNCIA

ARAÚJO, Osmar Hélio Alves; MARTINS, Elcimar Simão. Estágio curricular supervisionado como práxis: algumas perguntas e possíveis respostas. **Reflexão e Ação**, v. 28, n. 1, p. 191–203, 2020.

AMERICAN COLLEGE OF SPORTS MEDICINE. **ACSM's guidelines for exercise testing and prescription**. 11. ed. Philadelphia: Wolters Kluwer, 2021.

BRETON, Hervé. La narración de la experiencia vivida frente al “difícil problema” de la experiencia: entre la memoria pasiva y la historicidad. **Revista Práxis Educacional**, v. 17, n. 44, p. 38–51, 2021.

CONSELHO FEDERAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA. **Resolução nº 466, de 10 de julho de 2023**. Dispõe sobre a atuação profissional dos profissionais de Educação Física. Rio de Janeiro: CONFEF, 2023.

DA FONTOURA, Andréa Silveira; FORMENTIN, Charles Marques; ABECH, Everson Alves. **Guia prático de avaliação física: uma abordagem didática, abrangente e atualizada**. Londrina: Phorte Editora, 2011.

MARRAN, Ana Lucia; LIMA, Paulo Gomes. Estágio curricular supervisionado no ensino superior brasileiro: algumas reflexões. **Revista e-Curriculum**, v. 7, n. 2, 2011.

MUSSI, Ricardo Franklin de Freitas; FLORES, Fábio Fernandes; ALMEIDA, Claudio Bispo de. Pressupostos para a elaboração de relato de experiência como conhecimento científico. **Revista Práxis Educacional**, v. 17, n. 48, p. 60–77, 2021.

O'BRIEN, Bridget C. et al. Standards for reporting qualitative research: a synthesis of recommendations. **Academic Medicine**, v. 89, n. 9, p. 1245–1251, 2014.

SAHA, Amrita; ALLEYNE, George. Recognizing noncommunicable diseases as a global health security threat. **Bulletin of the World Health Organization**, v. 96, n. 11, p. 792–793, 2018.

VENTURA, Magda Maria. O estudo de caso como modalidade de pesquisa. **Revista SoCERJ**, v. 20, n. 5, p. 383–386, 2007.

WASHBURN, K. Scientific literacy development through undergraduate journal article discussion. **Journal of College Science Teaching**, 2023.