

# DOCUMENTO EXPLICATIVO

## EstratégIA

LINK PARA DOWNLOAD DA [EstratégIA](#) (clica no nome)

Acesso ao [Grupo de Suporte WhatsApp](#)



# O que a EstratégIA faz

## Tradução para execução

Transforma raciocínio clínico em estratégias aplicáveis no contexto real

## Implementação ocupacional

Organiza a passagem da avaliação para a ação

## Adaptação ao sistema de suporte

Ajusta estratégias à capacidade real do cuidador

## Gestão de risco

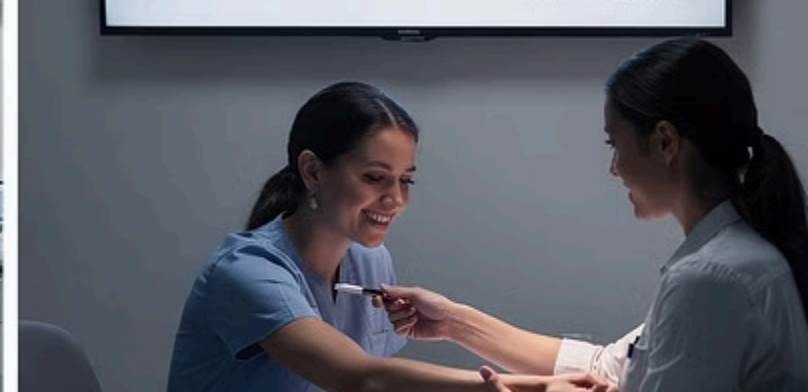
Inclui limites, sinais de alerta e monitorização

**A EstratégIA transforma informação clínica em plano ocupacional estruturado, executável e contextualizado.**

# Para quem é

É útil para **terapeutas ocupacionais** que:

- Precisam de operacionalizar avaliação
- Querem transformar raciocínio clínico em ação concreta
- Trabalham com cuidadores
- Precisam de adaptar estratégias ao sistema de suporte
- Intervêm em contexto real: domicílio, instituição, escola ou comunidade
- Querem reduzir risco
- Precisam de enquadramento seguro e conservador
- Procuram implementação clara
- Querem planos aplicáveis amanhã



# Como utilizar a EstratéGIA em 3 passos

01

## Dá o essencial (sempre por esta ordem)

- Idade
- Diagnóstico médico conhecido
- Tempo desde evento (se aplicável)
- Ocupação-alvo
- Dificuldades observáveis
- Contexto atual
- Sistema de suporte disponível
- Capacidade real do suporte
- Riscos clínicos
- Objetivo funcional concreto

02

## Pede plano estruturado

Solicita estratégia executável, conservadora se necessário, com monitorização.

03

## Ajusta

- Pede versão mínima
- Adaptação a outro contexto
- Redução da carga do cuidador
- Progressão para 4 semanas

## Exemplos de perguntas úteis

*Cria plano executável para autonomia no vestir num homem de 72 anos pós-AVC, com hemiparesia direita, em contexto domiciliário.*

*Adapta esta estratégia para instituição com um cuidador para seis utentes.*

*Cria versão mínima viável para dias de fadiga do cuidador.*

*Existe risco de queda. Preciso de plano prioritário de segurança para transferências cama-cadeira.*

# Estrutura da resposta

A EstratégIA organiza sempre a intervenção em:

- Contexto e objetivo funcional
- Hipóteses funcionais (sem diagnóstico)
- Estratégias passo a passo
- Adaptações ambientais
- Versão mínima viável
- Versão completa
- O que NÃO fazer
- Sinais de alerta
- Plano de monitorização (2 semanas)
- Nota ética

# Limites deste QPT

## Importante

A EstratégIA **não cria diagnósticos**. Não substitui avaliação presencial. Não prescreve terapias médicas. Não interpreta escalas formais. Não cria planos clínicos globais.

**Atua apenas na fase crítica entre avaliação e implementação.**

# Quando utilizar a EstratégIA

Quando precisas de:



Transformar avaliação em ação concreta



Ajustar intervenção ao cuidador real



Reduzir ajuda física progressivamente



Estruturar plano conservador em situação de risco



Organizar monitorização funcional de 2 semanas

Prompts prontos a usar

# Prompt principal

Preciso de transformar avaliação em estratégia executável para o seguinte caso:

Idade: \_\_\_\_\_

Diagnóstico médico conhecido: \_\_\_\_\_

Tempo desde evento: \_\_\_\_\_

Ocupação-alvo: \_\_\_\_\_

Dificuldades observáveis: \_\_\_\_\_

Contexto atual: \_\_\_\_\_

Sistema de suporte disponível: \_\_\_\_\_

Capacidade real do suporte: \_\_\_\_\_

Riscos clínicos identificados: \_\_\_\_\_

Objetivo funcional concreto: \_\_\_\_\_

Cria plano ocupacional estruturado, executável e ajustado ao contexto.

# Prompt alternativo curto

## Versão rápida

Para casos mais simples ou urgentes

Preciso de plano executável para trabalhar \_\_\_\_ num cliente de [idade] anos, em contexto \_\_\_\_\_. Existe risco de \_\_\_\_\_.

# Prompt para versão mínima

*Cria versão mínima viável desta estratégia para dias de baixa energia do cuidador.*

# Prompt para adaptação contextual

*Adapta esta estratégia para contexto \_\_\_\_\_ com recursos limitados.*

# Nota final

**A implementação é apenas uma parte do processo clínico.**

---

## Contatos

@terapiaocupacional.ia

**[gabriela@gabrielacarvalho.pt](mailto:gabriela@gabrielacarvalho.pt)**

+351 911 805 995