

REABILITAÇÃO PULMONAR INTERDISCIPLINAR PARA PORTADORES DE PNEUMOPATIAS CRÔNICAS

Marli Maria Knorst; Lucas Danielli; Larissa Grimaldi.

As doenças pulmonares crônicas são frequentes e nos estágios avançados cursam com falta de ar, dificultando a realização de exercício físico e de atividades da vida diária. A limitação da atividade física induzida pelos sintomas torna os pacientes sedentários, o que vai acabar comprometendo a qualidade de vida. A participação no programa de reabilitação pulmonar (PRP) está indicada em pacientes portadores de pneumopatias crônicas para melhorar a capacidade física, reduzir o isolamento social e a dependência e melhorar a qualidade de vida dos pacientes. O PRP é multidisciplinar (médico, enfermeira, nutricionista, fisioterapeuta, educador físico, psicólogo, assistente social) e do mesmo participam alunos da graduação e pós-graduação. Os pacientes são selecionados no ambulatório. É realizada uma avaliação clínica para identificar possíveis contraindicações para realizar exercício. Antes da reabilitação os pacientes realizam uma consulta com a equipe multidisciplinar e respondem questionários de qualidade de vida, sobre o conhecimento da doença, presença de fadiga e de sintomas de ansiedade e depressão. É realizada avaliação da capacidade funcional pulmonar e da capacidade física. Utilizando metas individualizadas os pacientes são reabilitados durante 8 semanas, com sessões de treinamento aeróbico e exercícios de fortalecimento muscular três vezes na semana (1,5 hora por sessão). Reuniões educativas semanais visam proporcionar ao paciente e a seus familiares um maior conhecimento sobre a doença de base, sobre as causas da dispneia, sobre aspectos nutricionais, forma de uso de medicamentos e valor dos exercícios e da reabilitação pulmonar. Os mesmos instrumentos e testes realizados antes do PRP são repetidos após o término do programa para estimar o efeito do mesmo sobre a saúde dos pacientes. Reuniões com a equipe interdisciplinar são realizadas mensalmente para estimular a manutenção da atividade física e a mudança de estilo de vida. A participação dos alunos de graduação e pós-graduação e o PRP são avaliados anualmente juntamente com a equipe multidisciplinar. O PRP proporciona aos estudantes vivência com a equipe interdisciplinar e treinamento e associando extensão e pesquisa.

Descritores: pneumopatias crônicas; reabilitação pulmonar; educação em saúde; qualidade de vida.