

## **ABORDAGEM DE PNEUMOPATIAS CRÔNICAS ATRAVÉS DE REABILITAÇÃO PULMONAR INTERDISCIPLINAR 2019**

Coordenador: MARLI MARIA KNORST

**INTRODUÇÃO:** As doenças pulmonares crônicas podem evoluir com sintomas incapacitantes como falta de ar e intolerância ao exercício. Os portadores destas doenças se sentem incapacitados por causa dos sintomas, tem dificuldade de realizar as atividades do dia-a-dia e se tornam cada vez mais sedentários. Sintomas de ansiedade e depressão, redução da qualidade de vida e isolamento social acompanham este quadro. Uma das estratégias para quebrar o ciclo vicioso do sedentarismo é a reabilitação pulmonar. **OBJETIVO:** O objetivo da reabilitação pulmonar é melhorar a capacidade física, tornar o paciente mais independente e melhorar a sua qualidade de vida. **METODOLOGIA:** Trata-se de um programa multidisciplinar do qual participam médicos, enfermeira, nutricionista, fisioterapeutas, educador físico, psicólogo e assistente social, assim como estudantes da graduação e da pós-graduação de diferentes áreas. Os pacientes são selecionados nos ambulatórios do Serviço de Pneumologia ou do ambulatório de avaliação para o transplante pulmonar. É realizada uma avaliação inicial com a equipe multidisciplinar, são realizados exames para determinar a função pulmonar e a capacidade de exercício e aplicados questionários de qualidade de vida, sobre o conhecimento da doença, presença de fadiga e de sintomas de ansiedade e depressão. As metas são individualizadas de acordo com a situação basal de cada paciente. O programa de reabilitação pulmonar dura oito semanas e consta de sessões com cerca de duas horas de duração com treinamento aeróbico, exercícios de fortalecimento muscular e alongamento muscular. Adicionalmente são realizadas reuniões com pacientes e acompanhantes sobre a doença de base, as causas dos sintomas, aspectos nutricionais, forma correta de uso de medicamentos e sobre a importância da manutenção da atividade física regular após o término do programa. Na avaliação final realizada após o programa de reabilitação são utilizados os mesmos exames e instrumentos que foram usados na avaliação inicial. Após o término do programa os pacientes participam de reuniões mensais com a equipe multidisciplinar para estimular a mudança de estilo de vida e manutenção da atividade física. **PROCESSOS AVALIATIVOS:** Os pacientes são avaliados no início e no término do programa de reabilitação pulmonar quanto à capacidade física, presença de sintomas, qualidade de vida e alterações do humor. O programa de reabilitação é avaliado anualmente pela equipe multidisciplinar, juntamente com os alunos da graduação e pós-graduação. Além do impacto na vida dos pacientes, o programa de

reabilitação com suas múltiplas facetas proporciona treinamento em abordagem interdisciplinar aos estudantes, associando extensão e pesquisa.