

## PNEUMOPATIAS CRÔNICAS: ABORDAGEM ATRAVÉS DE REABILITAÇÃO PULMONAR INTERDISCIPLINAR

Marli Maria Knorst; Lucas Danielli; Larissa Grimaldi; Ana Cláudia Coelho; Patrícia Chaves Coertjens; Danilo Cortozi Berton.

As pneumopatias crônicas são frequentes e nos estágios avançados cursam com falta de ar, limitação ao exercício e comprometem a realização das atividades da vida diária. Os sintomas levam à limitação da atividade física, que por sua vez gera um menor condicionamento muscular e anaerobiose cada vez mais precoce, dando origem ao ciclo vicioso do sedentarismo. Este ciclo vicioso pode ser quebrado através da participação em um programa de reabilitação pulmonar (PRP). Objetivos: Melhorar a capacidade de exercício e a funcionalidade, reduzir a dependência e melhorar a qualidade de vida dos pacientes; treinar estudantes na abordagem interdisciplinar de portadores de doenças pulmonares crônicas. Metodologia: Pacientes com pneumopatias são triados no ambulatório e submetidos a uma avaliação clínica inicial para identificar possíveis contra-indicações para a realização de exercício. Nas duas semanas anteriores ao PRP são realizadas avaliações psicológica, nutricional, funcional pulmonar, das atividades da vida diária e com a assistente social. Todos os participantes respondem a um questionário de qualidade de vida, sobre o conhecimento da doença e sobre a presença de sintomas de ansiedade e depressão. Após esta avaliação são estabelecidas metas individualizadas para cada paciente, assim como orientações nutricionais e acompanhamento psicológico. O PRP é um programa assistencial do Hospital de Clínicas, desenvolvido em nível ambulatorial, com funcionamento contínuo e atendimento a grupos sucessivos de pacientes. A programação para cada grupo tem duração de 8 semanas. Os pacientes participam de reuniões educativas semanais e de sessões de reconhecimento físico/treinamento da musculatura respiratória 3 vezes por semana. As reuniões educativas (número de 10) com uma hora de duração têm frequência semanal e visam proporcionar aos pacientes e a seus familiares um maior conhecimento sobre a doença de base, as causas da falta de ar, os aspectos nutricionais, o uso de medicamentos e sobre o valor dos exercícios e da reabilitação pulmonar. Ao término do PRP são oferecidas reuniões mensais de manutenção ao longo de um ano, nas quais os pacientes são estimulados a continuar realizando atividades físicas. Alunos da graduação e pós-graduação participam da equipe interdisciplinar e de todas as fases da abordagem, desde a triagem, treinamento, sessões educativas e avaliações. Processos avaliativos: As repercussões do PRP para os pacientes são avaliadas em curto e longo prazo (dois meses e um ano) através de questionários (conhecimento sobre a doença, qualidade de vida, ansiedade e depressão) e testes de capacidade física. O impacto do PRP nos é avaliado em reunião do grupo interdisciplinar. As atividades de extensão também estão acopladas à pesquisa gerando novos conhecimentos na área de reabilitação em pneumopatias.

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