

Pessoa em Programa de Reabilitação Cardíaca

Raquel Bolas. Enfermeira Especialista em Enfermagem de Reabilitação. Enfermeira Chefe Unidade Reabilitação Respiratória do Serviço de Pneumologia – Centro Hospitalar Lisboa Norte Hospital de Santa Maria.

Introdução

As doenças cardiovasculares são a maior causa de morbidade e mortalidade na Europa. Prevê-se que haja um aumento nos próximos anos, devido à prevalência do sedentarismo, obesidade e diabetes. A prevenção das doenças cardiovasculares é um grande desafio para os profissionais de saúde, na tentativa de diminuir o seu impacto (Abreu *et al.*, 2013).

Sabe-se através de estudos epidemiológicos que a doença aterosclerótica é a grande causa de doença coronária e de doença cerebrovascular. Associada a hábitos de vida como exposição ao fumo de tabaco, dietas hipercalóricas, inatividade física, elevados níveis de estresse e ansiedade, a que pessoa fica mais exposta a eventos cardiovasculares (Abreu, Bettencour & Fontes, 2010).

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), Reabilitação Cardíaca (RC)

é o somatório das atividades necessárias para garantir às pessoas portadoras de cardiopatia as melhores condições, física, mental, e social, de forma que eles consigam, pelo seu próprio esforço, reconquistar uma posição normal na comunidade e levar uma vida ativa e produtiva (Micaelo, Valente, Gonçalves & Duarte, 2011, p. 21).

Os programas de RC foram iniciados na década dos anos 60. Tiveram sucesso porque permitiram encurtar o tempo previsto para retomar a atividade após um evento coronário. Ainda na mesma década, foram elaborados programas mais extensos que incluíam treino físico, com preocupação na recuperação física e psicológica, que

permitiram retomar a atividade profissional mais precocemente (Abreu *et al.*, 2013).

Nos anos 70, aparecem as primeiras recomendações do *American College of Sports Medicine e da American Heart Association* (ACSM/AHA) que dão ênfase à abordagem global da doença aterosclerótica. Surgem programas de reabilitação cardíaca com numa abordagem global da doença e envolvendo uma equipa multidisciplinar, em associação ao treino físico, ao controlo dos fatores de risco para a doença aterosclerótica, o recurso à modificação do estilo de vida e à terapêutica farmacológica (Abreu *et al.*, 2013). O sedentarismo surge associado à doença cardíaca isquémica e o exercício físico aparece como benéfico ao nível orgânico e mental (Magalhães, Macedo, Ribeiro, Barreira, Fernandes & Viamonte, 2013).

Sabe-se hoje que a atividade física e o exercício físico têm grande importância na manutenção da capacidade funcional, assim como na prevenção e na progressão da doença cardiovascular (Santa-Clara *et al.*, 2015).

Nos anos 80, do século passado, quando este tema começou a ser abordado, a pessoa com enfarte agudo de miocárdio ficava com grande limitação da capacidade funcional. O tratamento implicava repouso no leito e no momento da alta, as pessoas ficavam sem capacidade para retomar as suas atividades de vida familiares, sociais e profissionais (Abreu *et al.*, 2013).

É comum encontrar na literatura a designação de Reabilitação Cardiovascular (RCV) em vez de RC. Alguns autores defendem que a designação RC é muito redutora, este tipo de programas têm impacto ao nível de todo o aparelho circulatório e



LUSODIDACTA

Direitos reservados® 2017

LUSODIDACTA – Soc. Port. de Material Didáctico, Lda.

Título:

CUIDADOS DE ENFERMAGEM DE REABILITAÇÃO À PESSOA AO LONGO DA VIDA

Autores Coordenadores:

Cristina Marques-Vieira

Luís Sousa

Prefácio:

João Santos

Ilustração e capa:

Maria Carçoço

Pré-impressão:

Estúdio Lusodidacta

Impressão e acabamento:

Rainho & Neves, Artes Gráficas

© LUSODIDACTA – Soc. Port. de Material Didáctico, Lda.

Rua Dário Cannas, 5-A – 2670-427 Loures

Tel.: 21 983 98 40 – Fax: 21 983 98 48

E-mail: lusodidacta@lusodidacta.pt

www.lusodidacta.pt

ISBN: 978-989-8075-73-4

Depósito Legal: 418 394/16

1ª Edição: Dezembro de 2016

Consulte o site da Lusodidacta em <http://www.lusodidacta.pt>

Para adquirir o livro “Cuidados de enfermagem de reabilitação à pessoa ao Longo da vida” pode aceder ao *link*:

http://www.lusodidacta.pt/index.php?page=shop.product_details&flypage=flypage.tpl&product_id=348&category_id=6&keyword=cuidados+de+enfermagem&option=com_virtuemart&Itemid=1

Reservados todos os direitos.

É proibida a duplicação ou reprodução deste volume, ou de partes do mesmo, sob quaisquer formas ou por quaisquer meios (electrónico, mecânico, gravação, fotocópia ou outro) sem permissão escrita do Editor. Os artigos são da responsabilidade dos seus autores.

REFERÊNCIAS

- Abreu, A., Bettencourt, N., & Fontes, P. (2010). Overview of cardiac rehabilitation in Portugal 2007-2009. *Revista portuguesa de cardiologia*, 29(4), 545-558.
- Abreu, A., Aguiar, A., Almeida, P., Cardim, N., Gomes, A., Mendes, M., Rato, Q., Santa-Clara, H. (2013). *Manual de Reabilitação Cardíaca*. 1ª edição - Sociedade Portuguesa de Cardiologia.
- António, C., Gonçalves, A. P., & Tavares, A. (2010). Doença pulmonar obstrutiva crónica e exercício físico. *Revista Portuguesa de Pneumologia*, 16(4), 649-658.
- Coordenação Nacional para as Doenças Cardiovasculares (2009). *Reabilitação Cardíaca: Realidade Nacional e Recomendações Clínicas Junho 2009*. Grupo de Estudos de Fisiopatologia do Esforço e Reabilitação Cardíaca da Sociedade Portuguesa de Cardiologia. Disponível em: <http://www2.portaldasaude.pt/NR/rdon-lyres/466A7B26-7BB4-48D9-9DC1-FBAE234AA579/0/ReabilitacaoCardiaca.pdf>
- Duarte, C. (2009). *Reabilitação Cardíaca*. Instituto de Ciências Biomédicas Abel Salazar Universidade, Porto.
- Hamm, L. F., Berra, K., Kavanagh, T., Ashworth, J., Cannistra, L., Jong, A., ... N., Wung, S. (2007). *Compêndio de Programas de Reabilitação Cardíaca*. American Association of Cardiovascular and Pulmonary Rehabilitation. 1ª edição, Roca S. Paulo.
- Hamm, L. F., Sanderson, B. K., Ades, P. A., Berra, K., Kaminsky, L. A., Roitman, J. L., & Williams, M. A. (2011). Core competencies for cardiac rehabilitation/secondary prevention professionals: 2010 update: position statement of the American Association of Cardiovascular and Pulmonary Rehabilitation. *Journal of cardio-pulmonary rehabilitation and prevention*, 31(1), 2-10.
- Magalhães, S., Macedo, J., Ribeiro, M. M., Barreira, A., Fernandes, P., & Viamonte, S. (2013). Avaliação da Capacidade Funcional após Programa de Reabilitação Cardíaca-Efeitos a Longo Prazo. *Revista da Sociedade Portuguesa de Medicina Física e de Reabilitação*, 24(2), 18-24.
- Mair, V., Breda, A., Boquembuzo, M., & Nagem, L. (2013). Avaliação da aderência ao programa de reabilitação cardíaca em um hospital particular geral. *Evaluating compliance to a cardiac rehabilitation program in a private general hospital. Einstein*, 11(3), 278-284.
- Mendes, M. (2009). Reabilitação cardíaca em Portugal: a intervenção que falta!. *Saúde & Tecnologia*, (3), 5-9.
- Micaelo, F.; Valente, J.; Gonçalves, O. & Duarte, S. (2011) Reabilitação cardíaca: Papel do enfermeiro. *Revista de Saúde Amato Lusitano*, 29, 21-25.
- Moraes, R.S. (2005). *Diretrizes de Reabilitação Cardíaca*. Sociedade Brasileira de Cardiologia. *Arquivos Brasileiros de Cardiologia*, 84(5), 431-440.
- Muela, H. C. S., Bassan, R., & Serra, S. M. (2011). Avaliação dos benefícios funcionais de um programa de reabilitação cardíaca. *Revista Brasileira de Cardiologia*, 24(4), 241-50.
- Niebauer, J., Bjarnason-Wehrens, B. & Halle, M. (2011). *Cardiac Rehabilitation Manual*. 1ª edição – Springer Verlag London Limited.
- Norma nº 028/2011, atualizada a 10/04/2013 da Direção Geral da Saúde. *Diagnóstico e tratamento da DPOC*.
- Sociedade Portuguesa de Cardiologia (SPC) (2015). *Centros para reabilitar doentes do coração só em Lisboa e Porto*. Disponível em: <http://www.dn.pt/portugal/interior/centros-para-reabilitar-doentes-do-coracao-so-em-lisboa-e-porto-4521333.html>.
- Santa-Clara, H., Pinto, I., Santos, V., Pinto, R., Melo, X., Almeida, J. P. & Mendes, M. (2015). Atividade Física e Exercício Físico: Especificidades no Doente Cardíaco. *Revista Factores de Risco*, 35, 28-35.
- Silva, R. V.M. & Gardenghi, G. (2013). Reabilitação cardiovascular após eventos isquémicos cerebrais. *Revista Eletrónica Saúde e Ciência*, 1, 4-7
- Sociedade Portuguesa de Diabetologia (SPD) (2013). *Relatório Anual do Observatório Nacional de Diabetes*. Portugal – Diabetes, factos e números. Disponível em: http://spd.pt/images/prova_final_od_2013.pdf.
- Thompson, W.; Gordon, N. & Pescatello, L. (2010). *Diretrizes do American College of Sports Medicine para os Testes de Esforço e sua Prescrição*. 8ª edição. Guanabara Koogan.

Toste, S., Viamonte, S., Barreira, A., Fernandes, P., Gomes, J. L., & Torres, S. (2014). Reabilitação cardíaca em doentes coronários com diabetes mellitus tipo 2: Estudo comparativo. *Revista Portuguesa de Cardiologia*, 33(10), 599-608.