

FISIOTERAPIA EM PROGRAMA DE REABILITAÇÃO CARDÍACA E NA QUALIDADE DE VIDA DE PACIENTES CARDIOPATAS DE UM HOSPITAL DA REDE PÚBLICA DE SAÚDE: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Introdução: As doenças cardiovasculares são alterações no funcionamento do sistema cardiovascular, sendo este responsável por transportar oxigênio e nutrientes necessários às células para elas executem suas funções. Algumas doenças são consideradas um grande problema de saúde pública, devido seu alto índice de mortalidade mundial. Dentre as doenças cardiovasculares de maior ocorrência destacam-se a doença arterial coronariana, insuficiência cardíaca, angina, infarto agudo do miocárdio, doenças valvares, arritmias, doenças hipertensivas, dentre outras. Visando reduzir os danos provenientes das doenças cardiovasculares, a fisioterapia desempenha uma grande importância no programa de reabilitação cardíaca, pois a atividade física aeróbica supervisionada contribui na redução de complicações na recuperação, diminui quadro álgico e promovendo uma melhora da qualidade de vida desses indivíduos, no qual pode ser avaliada por meio do Questionário *Short Form Health Survey 36* (Sf-36). **Objetivos:** Relatar a vivência mediante percepção da melhora da qualidade de vida dos pacientes praticantes de um programa de reabilitação cardíaca. **Métodos:** Trata-se de um relato de experiência, realizada durante os meses de agosto e setembro de 2019 em um Hospital da rede pública de saúde do município de Fortaleza-CE. Inicialmente o paciente é encaminhado para o programa de reabilitação cardíaca pelo cardiologista devido antecedentes de síndrome coronariana aguda, angioplastia coronariana, cirurgia de revascularização miocárdica ou troca valvar, sendo pacientes de ambos os sexos. Em seguida realiza-se a avaliação fisioterapêutica, com preenchimento de uma ficha de inscrição para anexar no prontuário, contendo seus dados pessoais, antropométricos, medicamentos em uso e história atual da doença, finalizando com a realização dos seguintes testes como instrumentos de avaliação, teste de caminhada de seis minutos, teste sentar e levantar da cadeira e o teste incremental para membros inferiores no cicloergômetro, visando avaliar a capacidade funcional além do Questionário *Short Form Health Survey 36* (Sf-36), para avaliar a qualidade de vida, com intuito de conhecer as necessidades do paciente e traçar um plano de tratamento mais eficiente para que os objetivos sejam alcançados dentro do programa de reabilitação cardíaca. **Resultados:** Com início do programa de reabilitação cardíaca, o paciente frequenta duas sessões por semana por um

período de três meses, cada sessão dura entre uma hora e uma hora e trinta minutos e englobam exercícios dinâmicos realizados em esteira e em cicloergômetro, exercícios de força em equipamentos como halteres e caneleiras. Na primeira sessão, a carga de exercício é estimada com base na capacidade funcional obtido nos testes realizados, a intensidade dos exercícios é prescrita segundo a equação de Karvonen no percentual de 65% a 80% da reserva de frequência cardíaca, sensação subjetiva de cansaço e vista por meio da escala modificada de Borg de 0 a 10. A frequência cardíaca durante o exercício é monitorada através de um oxímetro de pulso, através do qual também se identifica a saturação periférica de oxigênio, a pressão arterial é aferida sempre antes, durante e ao término dos exercícios em todos os pacientes. Cada sessão inclui uma fase de aquecimento que dura cerca de 15 minutos, sendo dividido em 3 series de 5 minutos alternando com seis exercícios de força com diferentes objetivos e finalizando com 15 minutos de exercício aeróbio na esteira ou no cicloergômetro, de acordo com a adaptação do paciente as cargas são aumentadas progressivamente, respeitando os limites de frequência cardíaca de treino, com o termino do programa de reabilitação cardíaca todos os testes são refeitos e comparando com os de início, tendo assim com mensura a melhora do paciente. **Conclusão:** O estudo buscou evidenciar a importância da intervenção fisioterapêutica no programa de reabilitação cardíaca, com o propósito de proporcionar aos pacientes um retorno mais precoce às atividades diárias e com melhor qualidade de vida, objetivando a prática regular dos exercícios físicos com segurança e baixos custos. Ao final do programa de reabilitação cardíaca, os pacientes relatam a importância do programa, tendo em vista, a melhora na qualidade de vida e seu retorno na prática de atividades nas quais eram impossibilitados por conta da patologia.

Descritores: Doenças cardiovasculares; Reabilitação cardíaca; fisioterapia; qualidade de vida.

Referências:

MUELA, Henrique Cotchi Simbo; BASSAN, Roberto; SERRA, Salvador Manoel. Avaliação dos benefícios funcionais de um programa de reabilitação cardíaca. **Rev Bras Cardiol**, v. 24, n. 4, p. 241-250, 2011.

TITOTO, Lúgia et al. Reabilitação de pacientes submetidos à cirurgia de revascularização do miocárdio: atualização da literatura nacional. **Arq Ciênc Saúde**, v. 12, n. 4, p. 216-9, 2005.

LIMA, Paula Monique Barbosa et al. Fisioterapia no pós-operatório de cirurgia cardíaca: a percepção do paciente. **Rev Bras Cir Cardiovasc**, v. 26, n. 2, p. 244-9, 2011.

Autores:

Anderson Araujo pinheiro; ANDERSONARAUJOO3000@GMAIL.COM

Elaine Cristina Alcântara silva; ELAINESILVA_11@HOTMAIL.COM

Limdemberg Moura da Silva; LINDEMBERGSILVA2@GMAIL.COM

Débora da Nóbrega Barroso; DEBORA.BARROSO@HOTMAIL.COM

Odete Maria Vinhas Rego; DETEVINHAS61@GMAIL.COM

Francilena Ribeiro Bessa