

## **ABORDAGEM DA DPOC ATRAVÉS DA REABILITAÇÃO PULMONAR EM PORTADORES DE PNEUMOPATIAS CRONICAS**

Coordenador: MARLI MARIA KNORST

Introdução: A doença pulmonar obstrutiva crônica (DPOC) engloba pacientes portadores de bronquite crônica obstrutiva e enfisema pulmonar e é, na maioria dos casos, resultante do tabagismo. Caracteriza-se por perda progressiva da função pulmonar e, de acordo com o estudo PLATINO, cerca de 15,7% da população com mais de 40 anos de São Paulo apresenta a doença. Nos estágios avançados, o paciente apresenta falta de ar, dificuldade para realizar exercícios e atividades da vida diária. Para estes pacientes está indicada a participação em um programa de reabilitação pulmonar (RP), que usualmente é de caráter multidisciplinar e conta com a participação de médicos, enfermeira, nutricionista, psicólogo, fisioterapeuta e assistente social. A RP é uma complementação ao tratamento convencional medicamentoso e seus componentes mais importantes são a educação e o treinamento físico supervisionado. Além disso, a convivência com pessoas portadoras da mesma doença e o envolvimento da família na abordagem melhoram a autoestima do paciente e contribuem para a socialização. Ela tem um impacto positivo sobre diversos aspectos da doença, reduzindo os sintomas como a falta de ar, melhorando a capacidade de exercício e a qualidade de vida dos pacientes. Objetivos: Geral: Estudar os efeitos da RP sobre a capacidade funcional, os sintomas psicológicos, o estado nutricional e a qualidade de vida em pacientes portadores de DPOC e outras pneumopatias crônicas. Específicos: Estudar o impacto da RP na capacidade de exercício (teste da caminhada e teste de exercício incremental máximo), na sensação de dispnéia, no estado nutricional, na situação psicológica e na qualidade de vida de pacientes com DPOC e outras pneumopatias crônicas. Desenvolvimento: Inicialmente é realizado o cadastro dos pacientes portadores de DPOC atendidos no ambulatório especializado do Hospital de Clínicas de Porto Alegre (HCPA) o qual inclui dados referentes à condição clínica do paciente (sintomas, co-morbidades, medicamentos em uso) e exames complementares (avaliação da capacidade funcional). A partir dessas informações determina-se a gravidade da doença do paciente. Pacientes com DPOC classificada como moderada a muito grave (VEF1 menor que 50% do previsto), sintomáticos apesar da terapêutica medicamentosa máxima, em que é afastado o diagnóstico de cardiopatia isquêmica mediante testes cardiológicos apropriados, são indicados ao programa de RP. A RP se desenvolve em quatro etapas: I - Avaliação Inicial: os pacientes realizam avaliação cardiológica para afastar cardiopatia

isquêmica. Nas duas semanas anteriores ao programa, realizam avaliação psicológica, nutricional, funcional pulmonar, das atividades da vida diária e com a assistente social. Também respondem um questionário sobre qualidade de vida e sobre o conhecimento da doença. A mesma avaliação é repetida após o PRP. II - Estabelecimento de Metas Individuais: após a etapa I, são estabelecidas metas individualizadas para cada paciente, que recebe orientações nutricionais e acompanhamento psicológico. III - Reabilitação Pulmonar: o PRP é um programa assistencial do HCPA, desenvolvido em nível ambulatorial, com funcionamento contínuo e atendimento a grupos sucessivos de pacientes. A programação para cada grupo de pacientes tem duração de 8 semanas, durante as quais os pacientes continuam com acompanhamento nutricional e psicológico, participam de reuniões educativas semanais e de sessões de reconhecimento físico/treinamento da musculatura respiratória 3 vezes na semana. As reuniões educativas (número de 10) com uma hora de duração são semanais e visam a proporcionar ao paciente e a seus familiares um maior conhecimento sobre a doença e seu manejo. Para o condicionamento físico, os pacientes realizam atividade física em grupo 3 vezes na semana, durante 8 semanas. Em cada sessão de 1,5 horas são realizados exercícios específicos para membros superiores com utilização de pesos e elásticos graduados com carga progressiva de acordo com a avaliação basal do paciente e a tolerância; os membros inferiores serão treinados na bicicleta ergométrica (até 80-85% da frequência cardíaca máxima prevista, por 45 min a 60 min. Conclusão: Este projeto tem como uma das finalidades demonstrar que a mudança de estilo de vida e a introdução da atividade física na vida diária são benéficos para pacientes com DPOC e outras pneumopatias crônicas. A reabilitação pulmonar alivia a falta de ar, melhora a capacidade de exercício, melhora o desempenho das atividades da vida diária e a qualidade de vida e promove uma maior interação com outros pacientes e com familiares. O projeto visa também proporcionar uma oportunidade aos estudantes de graduação de interagir com os pacientes e suas famílias, facilitando a aquisição de conhecimentos sobre o manejo da doença e sobre as dificuldades e limitações impostas pela pneumopatia crônica. Adicionalmente é oportunizada a atuação em um grupo multidisciplinar, o que complementa a formação acadêmica dos estudantes. Equipe: Lucas Pires Stocker Ries Adriano Juliana Nunes de Nunes Marli Maria Knorst