

CENTRO HOSPITALAR
LISBOA NORTE, EPE



HOSPITAL DE
SANTAMARIA

Hospital
PulidoValente

O PAPEL DA ENFERMAGEM NA REABILITAÇÃO CARDIACA

RAQUEL BOLAS



Ericeira, 11 de Fevereiro 2011

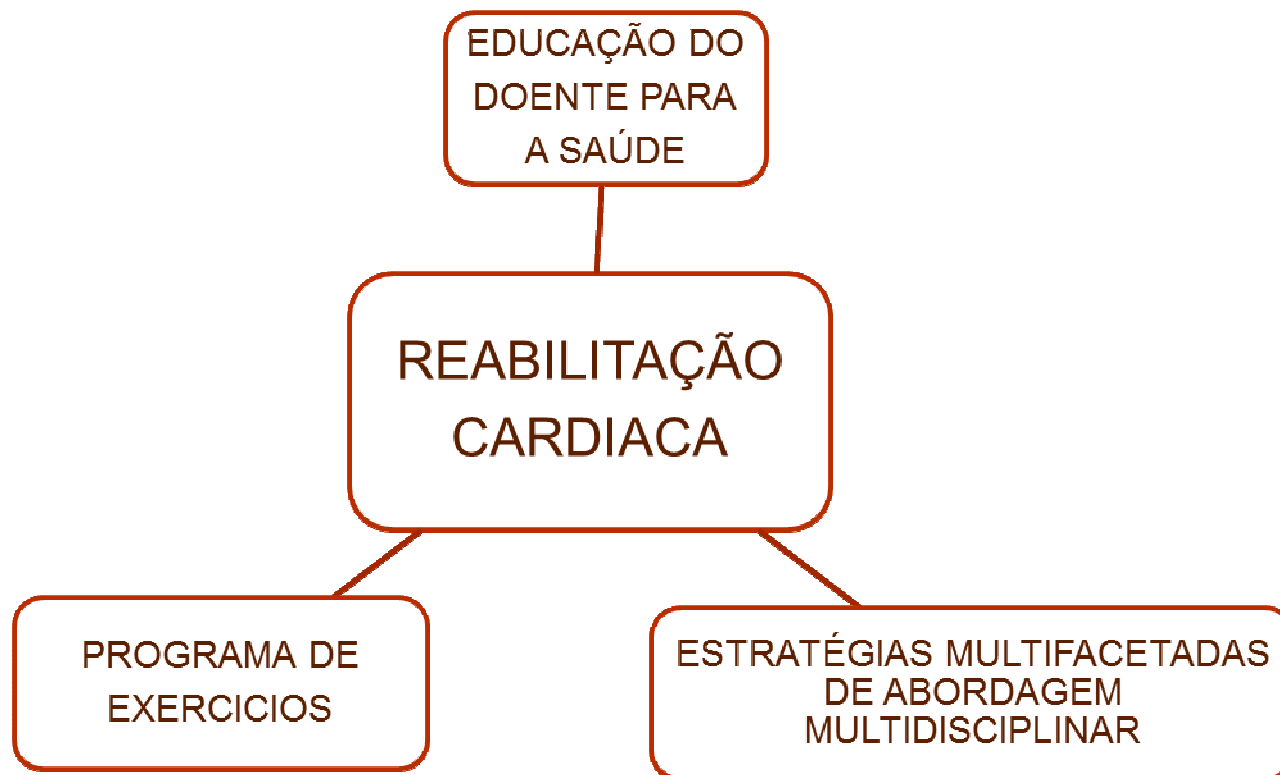
O PAPEL DA ENFERMAGEM NA REABILITAÇÃO CARDÍACA

DEFINIÇÃO



De acordo com a OMS (2003), a Reabilitação Cardíaca é *“um conjunto de actividades necessárias para fornecer ao doente com cardiopatia uma condição física, mental e social tão elevadas quanto possível, para lhe permitir retomar pelos seus próprios meios um lugar na vida de comunidade, de uma forma tão normal quanto possível.”*

O PAPEL DA ENFERMAGEM NA REABILITAÇÃO CARDIACA



O PAPEL DA ENFERMAGEM NA REABILITAÇÃO CARDIACA

EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE

- ✓ Alimentação (Nutricionista)
- ✓ Cessação tabágica (Pneumologista)
- ✓ Controlo stress / ansiedade (coping) (Psicólogo)
- ✓ Actividade sexual
- ✓ Mudança estilos de vida
- ✓ Gestão terapêutica



O PAPEL DA ENFERMAGEM NA REABILITAÇÃO CARDIACA

OBJECTIVOS GERAIS DO PROGRAMA

- ✓ Permitir ao doente retomar o mais precocemente a vida produtiva e activa;
- ✓ Restaurar a sua melhor condição física e social;
- ✓ Restabelecer a sua auto-confiança;
- ✓ Reverter o processo de progressão de aterosclerose;
- ✓ Melhorar a qualidade de vida nestes utentes;
- ✓ Promover o exercício físico regular;
- ✓ Ajudar a conhecer capacidades.

O PAPEL DA ENFERMAGEM NA REABILITAÇÃO CARDIACA

INDICAÇÕES

- ✓ Cardiopatia Isquémica
- ✓ Pré e pós operatório de Cirurgia Cardio-torácica
- ✓ Transplante Cardíaco
- ✓ Insuficiência Cardíaca Compensada
- ✓ Portadores de PM/BIV/CDI
- ✓ Hipertensão Pulmonar



O PAPEL DA ENFERMAGEM NA REABILITAÇÃO CARDIACA

CONTRA - INDICAÇÕES

- Enfarte Agudo do Miocárdio com e sem supra ST
- Angina Instável
- HTA não controlada
- Estenose aórtica grave
- Arritmias não controladas
- Insuficiência Cardíaca Descompensada
- Tromboembolismo recente
- Trombose Venosa Profunda
- Diabetes Mellitus descompensada
- Bloqueio Aurículo-Ventricular não tratado

O PAPEL DA ENFERMAGEM NA REABILITAÇÃO CARDIACA

É ESSENCIAL

- ✓ Boa formação básica;
- ✓ Boa avaliação Médica;
- ✓ Bom desempenho da equipa;
- ✓ Boa informação do utente.

O PAPEL DA ENFERMAGEM NA REABILITAÇÃO CARDIACA

OBJECTIVOS A CUMPRIR NUM PROGRAMA

- ✓ Avaliação clínica inicial do utente;
- ✓ Aconselhamento nutricional;
- ✓ Controlo dos FRCV;
- ✓ Intervenção psicossocial;
- ✓ Orientação da actividade física.



O PAPEL DA ENFERMAGEM NA REABILITAÇÃO CARDIACA

REABILITAÇÃO CARDIACA - IMPLICAÇÕES



O PAPEL DA ENFERMAGEM NA REABILITAÇÃO CARDIACA

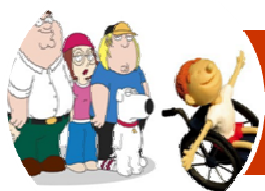
O PROGRAMA



É INDIVIDUAL



A EQUIPA É
MULTIDISCIPLINAR



A FAMÍLIA DEVE ESTAR
ENVOLVIDA

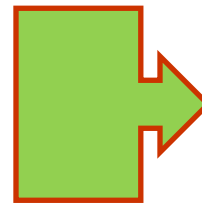
O PAPEL DA ENFERMAGEM NA REABILITAÇÃO CARDIACA

FASES DE REABILITAÇÃO CARDIACA

FASE 1 - Fase de internamento

FASE 2 – Fase de ambulatório

FASE 3 E 4 – Fase de manutenção



Ideal para aquisição
de informação



Interiorização
personalizada de
informação

O PAPEL DA ENFERMAGEM NA REABILITAÇÃO CARDÍACA

AVALIAÇÃO

Antes de iniciar um programa de Reabilitação Cardíaca, é necessário avaliar o utente, a fim de realizar a prescrição do exercício:

- ✓Atendendo às recomendações
- ✓De forma individualizada
- ✓Evitando riscos
- ✓Optimizando os benefícios

O PAPEL DA ENFERMAGEM NA REABILITAÇÃO CARDIACA

FASE 1 - INTERNAMENTO

Dependendo das complicações e intervenções a que o utente está sujeito:

- ✓Prevenir complicações respiratórias
- ✓Monitorizar remoção de secreções
- ✓Monitorizar ventilação (Escala de Borg)
- ✓Iniciam-se movimentos assistidos
- ✓Quando de baixo risco, iniciam levantar e os cuidados de higiene com ajuda parcial

O PAPEL DA ENFERMAGEM NA REABILITAÇÃO CARDIACA

FASE 1 - INTERNAMENTO

- ✓ Diminuir o descondicionamento associado à imobilidade
- ✓ Deambulação (aumentando gradualmente a distância e o tempo)
- ✓ Reduzir a ansiedade
- ✓ Aumentar a independência e auto-confiança

O UTENTE ESTARÁ SEMPRE MONITORIZADO

O PAPEL DA ENFERMAGEM NA REABILITAÇÃO CARDIACA

FASE 1 –PREPARAÇÃO PARA A ALTA

PREVENÇÃO SECUNDÁRIA:

- ✓Modificação dos factores de risco
- ✓Modificação do estilo de vida
- ✓A terapêutica e sua gestão
- ✓Cessação tabágica
- ✓Controlo da dislipidémia e do peso
- ✓Controlo do stress (coping)
- ✓Referenciação FASE 2

A FAMÍLIA DEVE
ESTAR ENVOLVIDA



O PAPEL DA ENFERMAGEM NA REABILITAÇÃO CARDIACA

REALIDADE HOSPITAL SANTA MARIA

O Serviço de Cardiologia do Hospital de Santa Maria internou no ano 2010, cerca 2000 doentes.

Cerca de 40% com o diagnóstico de Cardiopatia Isquémica

AINDA NÃO EXISTE FASE PÓS ALTA

As recomendações da SPC estabelecem que, todos os Hospitais com Serviço de Cardiologia devem fazer Reabilitação Cardíaca

Só cerca de 3% dos utentes são incluídos em programas

O PAPEL DA ENFERMAGEM NA REABILITAÇÃO CARDIACA

FASE2

O REGRESSO A CASA DEVE SER FEITO COM ENVOLVIMENTO DOS FAMILIARES

- ✓É desenvolvida em ambulatório
- ✓Envolve a equipa multidisciplinar
- ✓Tem módulos de intervenção individual e de grupo
- ✓Prescrição do exercício
- ✓Sessões dirigidas a alterações de comportamentos das doenças cardiovasculares



O PAPEL DA ENFERMAGEM NA REABILITAÇÃO CARDIACA

FASE2

Esta fase é iniciada após estratificação do risco com prova de esforço e programa de exercício terapêutico, sob monitorização clínica, electrocardiografica e oximétrica.



O PROGRAMA PODE SER BISEMANAL OU TRISEMANAL E DURANTE
6/12 SEMANAS

O PAPEL DA ENFERMAGEM NA REABILITAÇÃO CARDIACA

FASE2

O exercício terapêutico subdivide-se em:

FASE DE AQUECIMENTO

FASE DE EXERCICIO AEROBICO

FASE DE FORTALECIMENTO MUSCULAR

FASE DE ARREFECIMENTO/ALONGAMENTOS

FASE ESCLARECIMENTOS E RECOMENDAÇÕES



CONSIDERAÇÕES FINAIS

A **Reabilitação Cardíaca** é uma intervenção multifactorial



O PAPEL DA ENFERMAGEM NA REABILITAÇÃO CARDIACA

CONSIDERAÇÕES FINAIS

BENEFICIOS

- ✓Controlo dos factores de risco cardiovasculares;
- ✓Aumento do limiar da angina;
- ✓Melhoria da perfusão miocárdica;
- ✓Melhoria da função ventricular esquerda;
- ✓Redução da mortalidade (cerca de 26% aos 3 anos);
- ✓Incremento da capacidade aeróbica e funcional;
- ✓Melhoria das funções respiratória, circulatória e muscular periférica;
- ✓Melhoria da qualidade vida.

O PAPEL DA ENFERMAGEM NA REABILITAÇÃO CARDIACA



“What fits your busy schedule better, exercising one hour a day or being dead 24 hours a day?”