

Programa domiciliário de exercício físico

Acompanhamento telefónico

Congresso
Internacional de
Enfermagem de
Reabilitação de 2017



Ivo Lopes¹ (enf.ivo.lopes@gmail.com); Bruno Delgado¹; André Novo²; Eugénia Mendes²; Leonel Preto²

¹Centro Hospitalar do Porto; ²Instituto Politécnico de Bragança

Introdução

Os programas de reabilitação cardíaca domiciliários são uma alternativa viável aos sediados em meio hospitalar, sendo igualmente seguros e com resultados semelhantes na recuperação da pessoa com doença cardíaca isquémica. A prática de exercício físico é a componente central nos dois tipos de programa.

Objetivos

- ❖ Monitorizar o treino de exercício físico aeróbio com duração de 3 meses, em 13 doentes com doença cardíaca isquémica;
- ❖ Avaliar a segurança do programa;
- ❖ Avaliar a satisfação dos participantes com o acompanhamento telefónico.

Metodologia

Contacto telefónico semanal a cada participante da amostra



- ❖ Monitorização do treino – Frequência, Intensidade, Tempo e Tipo de treino;
- ❖ Esclarecimento de dúvidas, motivação e pesquisa de sintomatologia adversa ao exercício.

Resultados

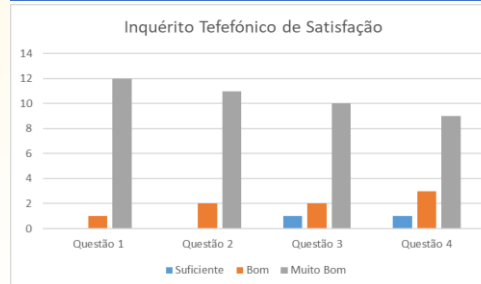


Gráfico 1 – Distribuição da amostra em função do "Inquérito de satisfação sobre o acompanhamento telefónico"

Resultados

- ❖ Participantes satisfeitos com a metodologia de acompanhamento;
- ❖ Total de 144 contactos telefónicos aos 13 participantes e média \approx 11 contactos por participante;

Conclusões

Monitorização remota viável



Suporte e Motivação



Ponte para a Relação Terapêutica

Referências Bibliográficas

- ACSM. (2014). *ACSM's guidelines for exercise testing and prescription* (Ninth ed.): American College of Sports Medicine;
- Buckingham, S. A.,... Dalal, H. M. (2016). Home-based versus centre-based cardiac rehabilitation: abridged Cochrane systematic review and meta-analysis. *Open Heart*, 3(2), e000463. doi:10.1136/openhrt-2016-000463;
- Housholder-Hughes,... Rubenfire, M. (2015). Evaluation of a postdischarge coronary artery disease management program. *J Am Assoc Nurse Pract*, 27(7), 371-378. doi:10.1002/2327-6924.12201
- Peixoto, T. C.,... Guizilini, S. (2015). Early exercise-based rehabilitation improves health-related quality of life and functional capacity after acute myocardial infarction: a randomized controlled trial. *Can J Cardiol*, 31(3), 308-313. doi:10.1016/j.cjca.2014.11.014
- Piepoli, M. F.,... Catapano, A. L. (2016). 2016 European Guidelines on cardiovascular disease prevention in clinical practice: The Sixth Joint Task Force of the European Society of Cardiology and Other Societies on Cardiovascular Disease Prevention in Clinical Practice Developed with the special contribution of the European Association for Cardiovascular Prevention & Rehabilitation. *Atherosclerosis*, 252, 207-274. doi:10.1016/j.atherosclerosis.2016.05.037