



Cuidados de Enfermagem de Reabilitação ao doente com DPOC – Ganhos em Saúde

Especialistas em Enfermagem de Reabilitação: Anabela Garcia; Gina Monteiro; Isabel Santos; Marco Santos.

I
N
T
R
O
D
U
Ç
Ã
O

☉ A **Doença Pulmonar Obstrutiva Crónica (DPOC)** é definida como uma doença prevenível e tratável com um componente pulmonar (caracterizado por uma limitação crónica ao fluxo aéreo) e com efeitos sistémicos significativos que contribuem para a gravidade das manifestações clínicas.

☉ A DPOC provoca um conjunto de alterações, incluindo as que levam a uma limitação da tolerância ao exercício e que conduzem a uma deterioração progressiva da qualidade de vida do doente.

Segundo as orientações do projecto GOLD, “Todos os doentes com DPOC beneficiam dos programas de treino com exercícios, melhorando não só a tolerância ao exercício mas também reduzindo os sintomas de fadiga e dispneia”, pelo que a *reabilitação respiratória* é recomendada a partir do grau II (moderado) da classificação do GOLD.

* CUIDADOS DE ENFERMAGEM DE REABILITAÇÃO *

A) EDUCAÇÃO DO DOENTE:

- Técnicas de conservação de energia (postura)
- Planeamento de Actividades de Vida Diária
- Técnicas de respiração como:
 - consciencialização da respiração
 - respiração diafragmática
 - postura corporal global
 - respiração com lábios semi-cerrados

B) TREINO PELO EXERCÍCIO:

- **Exercício aeróbio** - Cicloergómetro
- **Exercício de força** – Membros Superiores e Inferiores
- **Exercício dos músculos respiratórios**

C) MONITORIZAÇÃO DO DOENTE:

- TA/ FC/ SPO₂ antes, durante e após o esforço
- Controle de glicémias nos diabéticos
- Sinais e sintomas de intolerância ao esforço
- Escala de Borg de esforço e dispneia - antes, durante e após o esforço
- Necessidade de oxigenoterapia durante o exercício.

CONCLUSÃO

Os Benefícios e ganhos em saúde prendem-se com a melhoria da função respiratória aumentando a tolerância ao exercício/reduzindo os sintomas de fadiga e dispneia, e melhoria da Qualidade de vida do doente e família.

A Reabilitação Respiratória deverá reduzir sintomas, otimizar o status funcional, aumentar a participação social e reduzir custos de saúde, através da estabilização ou regressão das manifestações sistémicas da doença.