

2019-07-01 15:53:20

<http://justnews.pt/noticias/programa-de-reabilitacao-cardiaca-do-chup-premiado-no-euroheartcare>



Programa de reabilitação cardíaca do CHUP premiado no EuroHeartCare

Maria tem 69 anos e é uma das doentes que integra o ERIC – Enfermagem de Reabilitação em Insuficiência Cardíaca, um programa de reabilitação cardíaca para doentes com insuficiência cardíaca (IC) do Serviço de Cardiologia do Centro Hospitalar e Universitário do Porto (CHUP).

Após ter dado entrada no hospital com dispneia, foi-lhe diagnosticada IC, tendo-lhe sido implantado um CRT-D e estando internada em recuperação na altura em que esta reportagem da Just News foi realizada.

Todos os dias tem alguns exercícios para fazer, mais precisamente caminhar em piso plano, em rampa, subir e descer escadas e fazer pedaleira, de acordo com uma progressão previamente definida, enquanto as suas funções vitais são monitorizadas por telemetria.

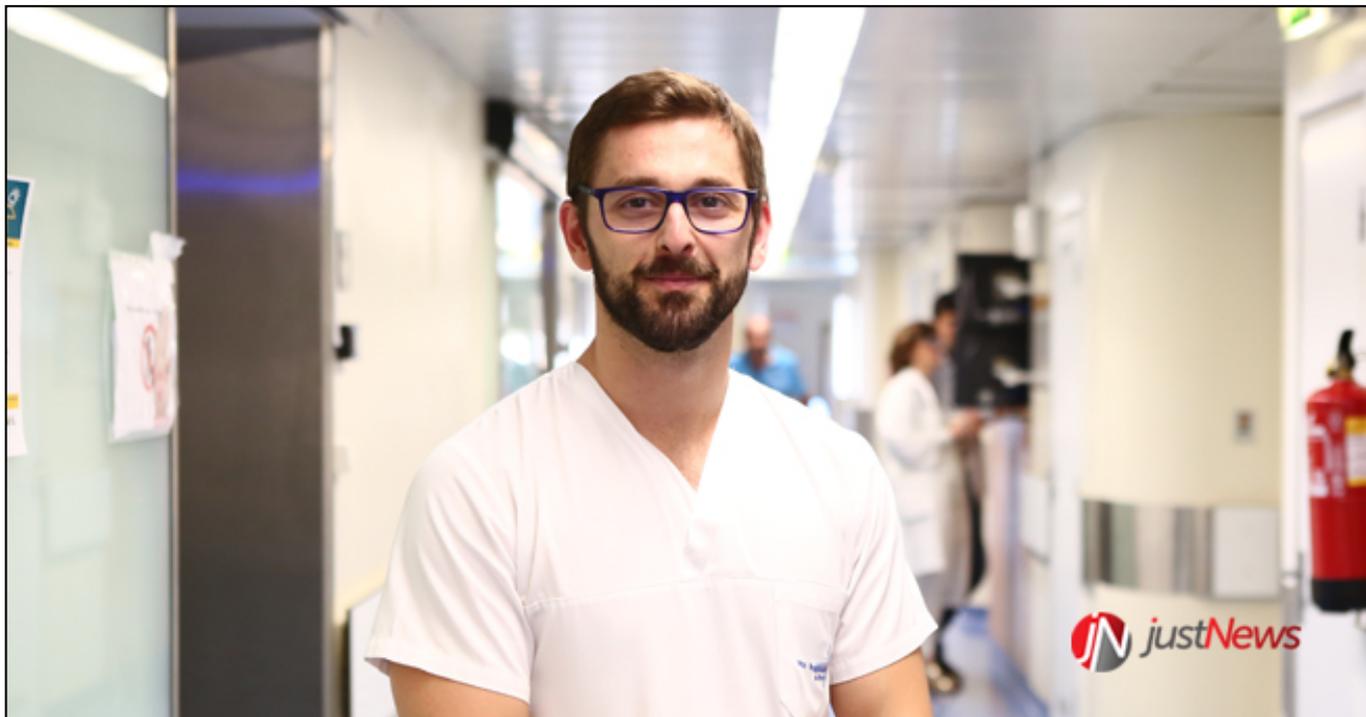


Bruno Delgado, 33 anos, é o enfermeiro de reabilitação que criou o ERIC e que vai acompanhando Maria. Como explica, “possuímos alguns equipamentos, como uma pedaleira, no entanto, aproveitamos também as condições físicas do serviço, porque temos piso plano, rampa e escadas; desta forma, conseguimos preparar o doente para as atividades de vida diária, desde o internamento”.

Uma intervenção que proporciona melhorias significativas em termos físicos: “O cansaço extremo e a dispneia são sintomas comuns da IC e o exercício físico pode contribuir para os atenuar, assim como para aumentar a

capacidade funcional.”

A componente psicológica também não é esquecida no ERIC: “Se se tiver noção de que no hospital, quando se está numa fase mais crítica, é possível caminhar, subir e descer escadas, evita-se que a pessoa vá para casa e fique isolada, com receio de ir à rua, com medo de fazer o mínimo esforço.”



Bruno Delgado

O exemplo de Maria é referido por Bruno Delgado: “Esta doente tem de subir escadas para entrar em casa e quando chegou estava convencida de que iria precisar de apoio domiciliário porque não conseguia aguentar esse esforço. Com os exercícios que faz, já tem noção de que é capaz.”

Programa com resultados na fase de estabilização clínica

O interesse pela Enfermagem de Reabilitação surgiu após Bruno Delgado ter tido contacto com doentes em contexto domiciliário e em cuidados continuados integrados. “Depois da licenciatura, fui para o Alentejo, onde trabalhei num centro de saúde, e foi nos cuidados domiciliários que percebi a importância da reabilitação para que os doentes tenham mais qualidade de vida”, recorda.

Tendo especial interesse na Cardiologia, acabou por se mudar para o meio hospitalar. Há cerca de 10 anos que está no CHUP e foi no âmbito do seu mestrado que desenhou e deu início ao ERIC. “Na altura, fiz um estudo exploratório para perceber se era exequível e seguro e há 6 anos que temos este programa”, diz.

Há um ano e meio, no âmbito do doutoramento que está a realizar, continuou a avaliação do ERIC, mas neste caso sob a forma de um ensaio clínico randomizado com um grupo teste e um grupo controlo. “Ao todo, foram envolvidos 100 doentes, tendo sido demonstrada a eficácia e segurança desta intervenção”, afirma.



Bruno Delgado explica que “o objetivo foi a estruturação de um conjunto de intervenções de reabilitação com exercício físico, nas quais existe uma sequenciação standard a vários níveis, como intensidade, timing, etc., ao contrário do que é habitual nos restantes programas de reabilitação cardíaca adotados no País”.

E continua: “Ainda não existem estudos publicados que mostram haver, de facto, uma melhoria do estado de saúde destes doentes quando se introduz o exercício físico na fase de estabilização clínica, que decorre ainda no internamento, daí a relevância deste trabalho.”

“Trabalhamos muito com o médico cardiologista”

Para dar continuidade ao programa ERIC, e também como forma de o validar cientificamente, está a ser organizado um estudo multicêntrico com vários hospitais onde o enfermeiro se desloca para dar formação.

“É importante saber se a metodologia que adotamos no CHUP também se pode aplicar, com sucesso, noutros hospitais, para que possamos dar a conhecer ao mundo este trabalho.”



“Estamos perante doentes muito instáveis e é necessário que os profissionais que acompanham a pessoa na maior parte do tempo tenham não só conhecimentos no âmbito da planificação e implementação de exercício físico como também competências clínicas para identificar sintomas de descompensação e agir em conformidade”, indica. E dá um exemplo:

“Trabalhamos muito com o médico cardiologista, ajudando-o, com o nosso feedback, a decidir qual o melhor ajuste terapêutico e quando deve ser dada alta hospitalar.”

Além disso, menciona, “os enfermeiros especialistas em reabilitação têm formação para planificação de exercício físico, para que os doentes sejam capacitados a manterem-se ativos após o internamento, que corresponde à fase I da reabilitação cardíaca e após um período de 8 semanas de reabilitação em ambulatório – fase II da RC”.

"É muito importante este trabalho conjunto"

Esta interação entre médico e enfermeiro também se destaca em conversa com Catarina Gomes, a cardiologista que integra o ERIC.

“O enfermeiro Bruno Delgado tem feito um trabalho excecional. De facto, é muito importante este trabalho conjunto, em equipa, para que estes doentes possam ter uma recuperação mais célere, melhor prognóstico clínico e, sobretudo, qualidade de vida após a alta hospitalar”, conclui.

A médica diz mesmo que “sem o contributo da enfermagem não haveria programas de reabilitação cardíaca”.



Catarina Gomes

Após se ter subespecializado em insuficiência cardíaca, Catarina Gomes tem cada vez mais certeza da relevância deste tipo de intervenções. “Anteriormente, o exercício físico estava praticamente proscrito nestes casos, mas hoje em dia sabe-se que isso não faz qualquer sentido, tanto em insuficiência cardíaca com fração de ejeção reduzida como na IC com fração de ejeção preservada”, enfatiza.

Bastante satisfeita com os resultados obtidos até ao momento, espera que, no futuro, se possa expandir o ERIC a mais pacientes. “Para isso, é essencial ter mais recursos humanos, quer da parte médica como da enfermagem.”

ERIC: "Contribuir para a sua replicação a nível internacional"

Bruno Delgado apresentou, o ano passado, um poster com os resultados do ERIC no EuroHeartCare, o congresso anual dedicado a enfermeiros e outros profissionais de saúde, da Sociedade Europeia de Cardiologia. No evento, que decorreu em Dublin, Irlanda, e após fazer a defesa do seu trabalho, venceu o 1.º prémio.

“Foi uma enorme satisfação, o mais importante é dar a conhecer o programa e, se possível, contribuir para a sua replicação a nível internacional”, afirma.

Para Severo Torres, diretor do Serviço de Cardiologia do CHUP, “é um orgulho ver o nome do Serviço e do hospital a serem reconhecidos além-fronteiras”.



Severo Torres

Segundo o médico, é também uma forma de "mostrar que damos muita importância à formação e à investigação, para que se consiga prestar cada vez melhores cuidados aos nossos doentes, nomeadamente, numa área tão crítica como é a IC."

Além disso, "estes programas de reabilitação cardíaca na IC são essenciais para otimizarem a capacidade funcional, a autoestima e o bem-estar, assim como reduzir as complicações e os reinternamentos".

Hospitais atualmente participantes no programa ERIC:

- CHU do Porto
- CH de Trás-os-Montes e Alto Douro
- CH do Baixo Vouga
- CHU de São João
- CH de Vila Nova de Gaia/Espinho
- CHU de Lisboa Central
- CH Barreiro Montijo
- CHU de Lisboa Norte



Catarina Gomes (médica), Sandra Pereira (enf.ª), Fernanda Pereira (enf.ª chefe), Andreia Teixeira (enf.ª), Bruno Delgado (enf.º) e Severo Torres (médico)



Reportagem publicada no Hospital Público de maio/junho 2019.

Distribuído em serviços e departamentos de todos os hospitais públicos, o jornal Hospital Público promove uma partilha transversal de boas práticas entre pares, contribuindo para valorizar o Serviço Nacional de Saúde e os seus profissionais.