



TEMÁTICAS ABORDADAS DO CURSO DE BIOMEDICINA NO PROJETO DE EXTENSÃO REABILITAÇÃO CARDIORRESPIRATÓRIA

REIS, L.A.; SANTANA, L.S.; CAMPOS, R.A.; MUNARETO, S.M.; AMARANTE, L.R.C; GRANDO, A.C.

Palavras chave: Insuficiência Cardíaca; Saúde do Idoso, Aptidão Cardiorrespiratória.

RESUMO

O Programa de Reabilitação Cardiorrespiratória consiste em melhorar a qualidade de vida de pacientes com insuficiência cardíaca (IC) e reduzir a morbimortalidade. Nesse projeto o Curso de Biomedicina tem como objetivo a educação em saúde ministrando palestras com o intuito de orientar os pacientes na realização das coletas de materiais biológicos e sobre uma conduta de vida mais saudável. São realizadas apresentações, quinzenalmente, tratando sobre um assunto específico predefinido. No decorrer do último semestre assuntos foram: Diabetes Mellitus, uso de medicamentos, hipertensão, alimentação saudável, alcoolismo, campanhas de vacinação e atividade física e orientações sobre a fase pré-analítica dos exames laboratoriais. Na palestra de alimentação saudável foram explicados os dez passos de uma alimentação saudável para a pessoa idosa, salientando a quantidade mínima de refeições por dia, o tipo de alimentos saudáveis, ingestão de líquidos e a prática de atividade física. Sobre diabetes e exames laboratoriais foi explicado sobre o que é diabetes, de que forma a doença é adquirida, o tratamento realizado, as consequências do não tratamento e a diferenciação entre diabetes tipo 1 e tipo 2. No encontro sobre doenças cardíacas e estresse, foi explicado como funciona a circulação sanguínea, citados os hábitos de vida e os hábitos alimentares que consequentemente podem ocasionar problemas cardíacos. Os sinais fisiológicos demonstrados quando estamos em uma situação de estresse, e como podemos prevenir também foi assunto desta mesma palestra. Sobre H1N1, foi explicado o que é, como é dada a transmissão, cuidados, a vacinação e a diferenciação desta para as demais influenzas. A quantidade de horas necessárias de jejum para a realização de exames e o exame de urina de 24 horas, o porquê de o médico solicitar este exame, o procedimento que o paciente deve realizar para uma coleta correta foram temas do nosso último encontro.

INTRODUÇÃO

A insuficiência cardíaca (IC) é um importante problema de saúde pública e uma das principais causas de hospitalização no Brasil. De acordo com dados do DATASUS, no ano de 2015 ocorreram 27.434 mortes causadas por esta patologia. A má alimentação e o sedentarismo estão frequentemente associados, devido à exposição do paciente ao





longo do tempo aos fatores de riscos. Sendo assim, é necessária uma abordagem educativa para a população, visando à promoção da saúde e hábitos saudáveis. A partir dessa informação, foi criado o Programa de Reabilitação Cardiorrespiratória, que consiste em melhorar a qualidade de vida de pacientes com IC e reduzir a morbimortalidade

OBJETIVO

O objetivo do Curso de Biomedicina foi realizar educação em saúde ministrando palestras com o intuito de orientar os pacientes na realização das coletas de materiais biológicos e sobre uma conduta de vida mais saudável.

METODOLOGIA

Os pacientes com diagnóstico clínico de doença cardiorrespiratória são encaminhados ao programa pelo ambulatório de cardiologia geral do Hospital Universitário. Durante 1 hora, quinzenalmente, são realizadas apresentações com o auxílio de um projetor e ao final os participantes recebem um folheto com os principais pontos tratados no encontro para consultas, os assuntos foram: Diabetes Mellitus, uso de medicamentos, hipertensão, alimentação saudável, alcoolismo, campanhas de vacinação e atividade física e orientações sobre a fase pré-analítica dos exames laboratoriais.

RESULTADOS

Na palestra de alimentação saudável foram explicados os dez passos de uma alimentação saudável para a pessoa idosa, salientando a quantidade mínima de refeições por dia, o tipo de alimentos saudáveis, ingestão de líquidos e a prática de atividade física. Também foi explicada a quantidade necessária de horas de sono, a diferenciação de alimentos diet, light e os malefícios da ingestão da bebida alcoólica. Sobre diabetes e exames laboratoriais foi explicado sobre o que é diabetes, de que forma a doença é adquirida, o tratamento realizado, as consequências do não tratamento e a diferenciação entre diabetes tipo 1 e tipo 2. Foi relatado sobre a hipertensão, as causas, o tratamento e as complicações. Outro assunto abordado foi a necessidade de interromper, ou não, o uso de medicamentos para a realização de exames laboratoriais.

No encontro sobre doenças cardíacas e estresse, foi explicado como funciona a circulação sanguínea, citados os hábitos de vida e os hábitos alimentares que consequentemente podem ocasionar problemas cardíacos. Foram ilustradas algumas doenças como: cardiomegalia, arritmia cardíaca, infarto agudo do miocárdio. Os sinais fisiológicos demonstrados quando estamos em uma situação de estresse, e como podemos prevenir também foi assunto desta mesma palestra. Sobre H1N1, foi explicado o que é, como é dada a transmissão, cuidados, a vacinação e a diferenciação desta para as demais influências. A quantidade de horas necessárias de jejum para a realização de exames e o exame de urina de 24 horas, o porquê de o médico solicitar este exame, o procedimento que o paciente deve realizar para uma coleta correta foram temas do nosso último encontro.





CONCLUSÕES

Todos os participantes relataram a importância da qualidade das informações oferecidas, apresentado alto grau de satisfação. Observamos que o fator que influenciou na satisfação dos pacientes foi o esclarecimento de dúvidas de assuntos simples, que muitas vezes não são abordados na consulta médica.

