

20 de julho de 2020

<http://justnews.pt/noticias/hipertensao-pulmonar-projeto-no-hpv-otimiza-a-capacidade-respiratoria-e-fisica-dos-doentes>



## **Hipertensão pulmonar: projeto no HPV «otimiza a capacidade respiratória e física dos doentes»**

**Tânia Cardoso**

Enfermeira especialista em Enfermagem de Reabilitação. Responsável pela elaboração e implementação do projeto de Reabilitação "Sorrir, respirar e educar". Centro Hospitalar Universitário Lisboa Norte - Hospital Pulido Valente.

O projeto de reabilitação de hipertensão pulmonar "Sorrir, respirar e educar", destinado a doentes com hipertensão pulmonar, foi elaborado pelo Centro de Tratamento de Hipertensão Arterial Pulmonar (CTHAP) do Centro Hospitalar Universitário Lisboa Norte - Hospital Pulido Valente (CHULN-HPV).

Implementado em junho de 2016, o projeto tem a finalidade de otimizar a capacidade respiratória e física dos doentes, proporcionando-lhes uma maior autonomia, uma diminuição da sintomatologia e, conseqüentemente, uma melhoria da sua qualidade de vida.

Devido à implicação que a HP tem na deterioração da função ventricular direita, que se reflete na diminuição do débito cardíaco ao realizar esforço físico, o treino do exercício físico não foi recomendado para estes doentes. Mais recentemente, surgiram estudos que demonstraram a segurança e a eficácia do mesmo em doentes com HP.

Existe evidência científica para recomendar que os programas de reabilitação são efetivos na melhoria da capacidade física e cardiorrespiratória, o que se reflete no aumento da qualidade de vida dos doentes, devendo, por isso, ser considerados como terapia coadjuvante do tratamento convencional da HP. Está comprovado que os doentes perdem massa muscular com a progressão da doença, o que pode ser evitado com um programa de reabilitação apropriado e acompanhamento por uma equipa especializada em HP.



Tânia Cardoso (a equipa do projeto inclui também Noémia Melo e Laura Santos)

O Programa de Reabilitação (PR) de HP inclui a realização de sessões de reeducação funcional respiratória (RFR), no Centro de Ambulatório II, assegurada pelo enfermeiro especialista em Reabilitação (EER), e sessões de reabilitação motora realizadas no Serviço de Medicina Física e de Reabilitação, aos doentes pertencentes às classes funcionais I e II. O PR tem uma duração prevista de 12 semanas (no mínimo), com a frequência de 2 vezes por semana (60 minutos de RFR e 60 minutos de reabilitação motora).

A HP condiciona a capacidade das pessoas para a atividade de autocuidado, sendo este um dos focos da intervenção do EER. A intervenção do EER junto do doente com HP é fundamental para o capacitar a realizar RFR de forma autónoma, quer nas sessões semanais no hospital, quer no domicílio.

Nas sessões são realizados ensinamentos das estratégias para a realização das suas atividades de vida diária, com o consumo mínimo de energia, posições de descanso, exercícios de relaxamento, melhorando a sua qualidade de vida e, conseqüentemente, reduzindo as complicações associadas.

Deste modo, o EER tem um papel crucial para capacitar o utente com doença crónica a adaptar-se à situação de incapacidade, na gestão da sua doença, maximizando o seu potencial funcional e independência nas atividades de vida, tendo em conta as suas capacidades, os recursos disponíveis e os seus objetivos.

# Coração e Vasos

Director: José Alberto Soares  
Ano 32 • Número 7 • 36  
Quadrimestral  
Mai-Ago 2020  
WWW.JUSTNEWS.PT

DEPARTAMENTO DE CORAÇÃO E VASOS  
DO CH UNIVERSITÁRIO LISBOA NORTE

Publicações  
**justNews**

CENTRO DE INVESTIGACAO  
HISTORICO  
LISBOA NORTE, ETC

SANTAMARIA  
Hospital  
PÚBLICO

DEPARTAMENTO  
CORACAO E VASOS

**10 ANOS**

## Novas Fronteiras em Medicina Cardiovascular

Págs. 22/26

**2.º ANIVERSÁRIO DE TELEMONITORIZAÇÃO NA IC**  
Fausto Pinto diz que se pretende, com este projeto, "fazer o melhor pelos nossos doentes"  
Págs. 12/16

**AS ENFERMEIRAS DO CTHAP**  
Manuela Henriques, Tânia Cardoso e Andreia Bernardo apresentam-se e contam como lidam com quem tem hipertensão pulmonar  
Págs. 32/36

**ESPECIAL CARDIO-ONCOLOGIA**  
Vários especialistas escrevem a propósito do II Curso de Atualização  
Págs. 38/42

Na edição de maio/agosto de 2020 da revista Coração e Vasos são publicados vários artigos sobre o papel da Enfermagem no CTHAP.