

INTERVENÇÃO FISIOTERAPÊUTICA NO COMBATE AOS FATORES DE RISCO COMO PREVENÇÃO DE DOENÇAS CARDIOVASCULARES

Adriana Ferreira Rosa da Silva

Kelly Fry Dobes

Orientação: Fisioterapeuta Elaíne Britto de Castro

Orientação Metodológica: Prof. Ms. Heitor Romero Marquez

Com base em dados do Ministério da Saúde, 1993, as doenças cardiovasculares vitimam, aproximadamente, 300.000 brasileiros ao ano, são 820 óbitos por dia, ou 34 por hora, ou um evento fatal a cada dois minutos.

A doença cardiovascular é a principal causa de mortalidade no Brasil, ela não tem origem única, é fruto da associação de vários fatores, alguns deles removíveis (hipertensão, diabete melito, colesterol, fumo, sedentarismo, obesidade), que podem ser abolidos ou atenuados por mudanças nos hábitos de vida através de orientações, atividade física e medicamentos, e outros incontroláveis (idade, sexo, genética, raça), que não são suscetíveis de modificação ou eliminação.

A compreensão do conceito de fator de risco é fundamental para possibilitar a prevenção de determinada doença. O entendimento de que fator de risco guarda relação de associação com a doença em questão, e não necessariamente relação de causa, é fundamental para avaliação dos fatores de risco tradicionais. Com base nesse conceito, observa-se que a presença de um fator de risco implica maior possibi-

lidade de desenvolver determinada doença. A ausência desses fatores, porém, não exclui tal possibilidade.

A Organização Mundial de Saúde recomenda a alteração das características de estilo de vida e ambientais que parecem ser causas básicas da cardiopatia coronária, que muitas vezes está associada ao estilo de vida e hábito da população.

As normas preventivas baseiam-se então em tentativas de afastamento ou pelo menos redução desses fatores.

O sedentarismo está associado com maior incidência da doença coronária. Inversamente, a prática regular de atividade física é útil na preservação primária e secundária dessa doença. Crê-se que a reação benéfica da atividade física pode depender da melhora da capacidade cardiorrespiratória e da atuação sobre vários fatores de risco importantes para o desencadeamento da aterosclerose coronária. Observa-se, também, que pessoas mais ativas fisicamente viveram mais e tiveram menor morbi-mortalidade de origem cardiovascular. A mortalidade total, cardiovascular e coronária, reduziu à medida que foi maior o grau de atividade física em todas as idades, incluindo os idosos.

O objetivo dessa pesquisa foi analisar a eficácia da ação fisioterapêutica no combate a fatores de risco para doenças cardiovasculares, através de orientações à população de baixa renda, quanto à importância do combate a esses fatores e propor atividade física e orientação a esta população visando a melhora da qualidade de vida, permitindo maior compreensão quanto aos riscos da doença cardiovascular.

A pesquisa realizada é resultado de uma revisão bibliográfica e entrevistas estruturadas abertas, com os participantes da amostra, médico e enfermeira. O estudo foi realizado no Programa de Hipertensão e Diabete no Centro Comunitário da vila Cidade Morena, em Campo Grande-MS, abrangendo 40 dos 80 participantes do programa, sendo 33 mulheres e 7 homens, entre 35 e 85 anos.

Pôde-se observar com esta pesquisa um grande resultado no aspecto psicossocial dos pacientes, resultado esse importante para a perseverança do mesmo no programa, o que proporciona uma melhora fisiológica e hemodinâmica no sistema cardiovascular.

É importante ressaltar que a atividade física realizada foi de baixa intensidade, o que retarda o aparecimento das alterações nos fatores de risco para doenças cardiovasculares, as quais poderão ser obtidas com a manutenção do exercício feito de médio a longo prazo.