

Autocuidado e aptidão cardiorrespiratória na insuficiência cardíaca.

Laís R. de Oliveira*, Marília E. Cornélio.

Resumo

A insuficiência cardíaca é uma doença crônica, de elevada prevalência no Brasil e no mundo, e apresenta importante impacto na realização de atividades de vida diária e na qualidade de vida. Desta forma, este trabalho tem como objetivo avaliar o autocuidado em pacientes com insuficiência cardíaca e testar a sua relação com a aptidão cardiorrespiratória. Trata-se de um estudo descritivo-exploratório, de corte transversal. Foram incluídos pacientes com insuficiência cardíaca das classes funcionais I, II e III da New York Heart Association, com idade entre 18 e 65 anos. Foram coletados dados sociodemográficos e clínicos; avaliado o autocuidado por meio do European Heart Failure Self-Care Behaviour Scale e a aptidão cardiorrespiratória pelo Veterans Specific Activity Questionnaire. Os dados foram analisados de forma descritiva, por meio de testes de correlação e comparação. Identificamos que os pacientes são em sua maioria eram do sexo masculino (63,1%), brancos (46,4%), casados (54,7%), aposentados (30,9%), tinham fração de ejeção reduzida (70%) e pertenciam a classe funcional 2 (50%). Os resultados deste estudo oferecerão subsídios para o desenvolvimento de intervenções voltadas à implementação de comportamentos de autocuidado por parte dos pacientes com IC.

Palavras-chave: Insuficiência cardíaca, autocuidado, aptidão física.

Introdução

A insuficiência cardíaca (IC) é considerada uma doença epidêmica, responsável por altos índices de admissões em unidades de emergência, internação hospitalar, baixa qualidade de vida, risco de mortalidade precoce e custos em saúde. Apresenta uma prevalência anual de 2 a 3% no mundo sendo responsável por 7% de todas as causas de mortes por doenças cardiovasculares.

Um dos pilares para o sucesso do controle da IC, e portanto, da preservação da aptidão cardiorrespiratória e, conseqüentemente, da qualidade de vida, é a realização do autocuidado por parte dos pacientes, e quando não realizado acarreta em descompensação da doença, sendo a falta de adesão medicamentosa a principal causa e piora do quadro clínico dos pacientes. Neste contexto, este estudo tem como objetivo avaliar o autocuidado em pacientes com IC e testar a sua relação com a aptidão cardiorrespiratória.

Resultados e Discussão

Neste trabalho foi analisado um total de 84 pacientes provenientes dos ambulatórios e unidades de internação de um hospital universitário do interior de São Paulo. Observa-se uma predominância do sexo masculino (63,1%), brancos (46,43%), casados (54,76%), aposentados por tempo/idade (30,95%), que residem com conjuge e filhos (26,19%). Em relação as características clínicas, 50% estão classificados na classe funcional 2 e 70% possuem fração de ejeção reduzida, sendo a média desta de 46% no método de Simpson. Os pacientes atingiram uma pontuação média de 33,35 na escala de autocuidado e 3,49 na escala de aptidão cardiorrespiratória.

Tabela 1. Médias, mínimos e máximos da fração de ejeção, autocuidado e aptidão cardiorrespiratória.

Variável	N	Média	Mín.	Máx.
FE	80	46,33	20	75
EHFSCBS	84	33,35	14	54
VSAQ	84	3,49	1	13

Podemos observar também uma correlação significativa e positiva entre o autocuidado e aptidão cardiorrespiratória. Contudo, observamos que 53 dos pacientes possuem de médio para pior autocuidado e 75 deles possuem aptidão cardiorrespiratória menor do que 7 pontos, que mostram baixa aptidão.

Tabela 1. Correlação entre autocuidado e aptidão cardiorrespiratória.

	EHFSCBS
	0,2900
VSAQ	0,0075
	84

*Coeficiente de correlação de Spearman, p-valor e n.

Conclusões

Conclui-se que a realização de comportamentos de autocuidado é fundamental para a melhora dos resultados da IC. Entretanto, é necessário capacitar os pacientes para que executem esses comportamentos de forma deliberada e intencional, considerando que podem ter a aptidão cardiorrespiratória comprometida pela evolução da IC. Para tanto, a educação e capacitação para o autocuidado exigem, dos profissionais de saúde e principalmente do enfermeiro, o reconhecimento sobre o desempenho do autocuidado pelo paciente. Os resultados deste estudo oferecerão subsídios para o desenvolvimento de intervenções voltadas à implementação de comportamentos de autocuidado por parte dos pacientes com IC. Espera-se, com isso, evitar quadros de descompensação da doença, bem como a prevenir a piora da aptidão cardiorrespiratória e por fim, melhorar a qualidade de vida das pessoas com IC.

Azeka E, Jatene MB, Jatene IB, Horowitz ESK, Branco KC, Souza Neto JD et al. I Diretriz Brasileira de Insuficiência Cardíaca e Transplante Cardíaco, no Feto, na Criança e em Adultos com Cardiopatia Congênita, da Sociedade Brasileira de Cardiologia. Arq Bras Cardiol 2014; 103(6Supl.2): 1-126