

ALANA CRISTINE PILZ, LAÍS REGINA NASCIMENTO DE MEDEIROS.

Unimed Joinville SC BRASIL.

Os indivíduos com necessidades de reabilitação cardiopulmonar (diabéticos, hipertensos, obesos, DPOC) são encaminhados ao programa pelos médicos cooperados da Unimed.

O atendimento é realizado na academia do SESC, por estagiários de Fisioterapia, supervisionado por Fisioterapeutas. Avaliação clínica e entrevista são feitas pelo médico responsável pelo programa. Após adesão, faz-se avaliação física pré programa onde é estabelecido, pelo instrutor físico, o treino/modalidade, horários e frequência cardíaca de treinamento. Após avaliação são dados esclarecimentos quanto às vestimentas adequadas, normas e assiduidade. Mensalmente é realizada reavaliação com remanejamento das cargas e repetições de treinamento.

Verificam-se os sinais vitais (Pressão arterial, Frequência cardíaca), Saturação de oxigênio e esforço subjetivo de BORG em repouso, durante e depois da atividade física. No final da atividade observa-se a velocidade máxima atingida no exercício (esteira ou bicicleta).

Indivíduos com pressão arterial em repouso abaixo ou igual a 160/90 iniciam as atividades. Acima deste valor solicita-se repouso para aferição após 5 minutos. Caso o valor se mantenha ou eleve chama-se o SOS\*. Caso a pressão arterial se eleva durante ou final dos exercícios adota-se o mesmo procedimento. Em pacientes com DPOC durante atividades, adota-se o freno labial com saturação O<sub>2</sub> abaixo de 95%.

O programa possui duração de 6 meses. Ao término é respondido um questionário sobre satisfação e feita avaliação final para alta. Na alta, o paciente é encaminhado para o médico assistente com relatório das atividades, estimulado a continuar as atividades sem supervisão.

\*Em discussão