

Carla António¹
Ana Paula Gonçalves²
Alcina Tavares²

Doença pulmonar obstrutiva crónica e exercício físico

Pulmonary obstructive chronic disease and physical exercise

Recebido para publicação/received for publication: 09.09.01

Aceite para publicação/accepted for publication: 09.11.30

Resumo

A doença pulmonar obstrutiva crónica (DPOC) é uma doença que se pode prevenir e tratar. Tem um componente pulmonar com efeitos sistémicos significativos que contribuem para a gravidade das manifestações clínicas. A DPOC provoca um conjunto de alterações, incluindo as que levam a uma limitação da tolerância ao exercício e que conduzem a uma deterioração progressiva da qualidade de vida do doente. A reabilitação respiratória (RR) constitui uma parte fundamental do tratamento. Os benefícios de RR são independentes do sexo, idade e gravidade da doença. No final do programa o doente deverá ter adquirido um estilo de vida o mais autónomo e saudável possível. Com este artigo as autoras pretendem fazer uma revisão sobre os benefícios do exercí-

Abstract

Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD) is a disease that can be prevented and treated, with a pulmonary component and with significant systemic effects that contribute to the severity of clinical manifestations. COPD causes a number of changes, including those which lead to exercise tolerance limitation and to a progressive deterioration of life quality of the patients. Respiratory rehabilitation (RR) represents a key part of the treatment. The benefits of RR are independent of sex, age and disease severity. At the end of the program, the patient should have acquired a life style as independent and healthy as possible. With this article the authors intend to review the benefits of physical exercise in rehabilitation of patients with COPD

¹ Interna de Pneumologia

² Assistentes Graduadas de Pneumologia
Unidade Local de Saúde da Guarda, EPE

Serviço de Pneumologia
Unidade Local de Saúde- Guarda, EPE
Av. Rainha D. Amélia S/N
6300 Guarda
e-mail: carla_antonio@sapo.pt

cio físico na reabilitação do doente com DPOC e das modalidades de treino utilizadas no programa de reabilitação respiratória estabelecido para cada doente.

Rev Port Pneumol 2010; XVI (4): 649-658

Palavras-chave: Doença pulmonar obstrutiva crónica, exercício físico, reabilitação respiratória.

and the different types of training used in the respiratory rehabilitation program established for each patient.

Rev Port Pneumol 2010; XVI (4): 649-658

Key-words: Pulmonary obstructive chronic disease, physical exercise, respiratory rehabilitation.

Introdução

A doença pulmonar obstrutiva crónica (DPOC) é definida como uma doença prevenível e tratável com um componente pulmonar (caracterizado por uma limitação crónica ao fluxo aéreo) e com efeitos sistémicos significativos que contribuem para a gravidade das manifestações clínicas¹.

A condição física do indivíduo é determinante para a realização das actividades da vida diária (AVD), as quais são fundamentais para manter a qualidade de vida do doente com qualquer patologia crónica, incluindo a DPOC.

O exercício físico tem por objectivo melhorar a capacidade aeróbica, a força, a flexibilidade corporal e a coordenação motora.

No presente artigo as autoras pretendem fazer uma revisão sobre a importância e benefícios do exercício físico na reabilitação do doente com DPOC no que se refere à função respiratória e à qualidade de vida em geral. Também apresentam as modalidades de treino utilizadas no programa de reabilitação respiratória estabelecido para cada doente.

Classificação da gravidade da DPOC

De acordo com o projecto GOLD¹, considera-se DPOC quando o valor do índice de Tiffeneau é inferior a 70% do valor de referência, tendo em conta sexo, idade, peso e altura. A gravidade da doença pode classificar-se em quatro estadios tendo em conta os valores do VEMS (Quadro I).

Para além da classificação do GOLD, dois autores Celli *et al* identificaram quatro variáveis que influenciam o risco de mortalidade em doentes com DPOC que definiram como **índice de BODE** (*Body mass index* (IMC), obstrução (VEMS), dispneia e exercício)^{2,3}.

Consequências da DPOC

A DPOC provoca um conjunto de alterações que conduzem a uma deterioração progressiva da qualidade de vida do doente^{1,2,3,4,5,6,7}.

Assim, assiste-se a uma disfunção da musculatura periférica e respiratória, a alteração nutricional, a alteração cardíaca, a doença osteo-

Download English Version:

<https://daneshyari.com/en/article/4215268>

Download Persian Version:

<https://daneshyari.com/article/4215268>

[Daneshyari.com](https://daneshyari.com)