

Programa de Reabilitação Respiratória



*Hoje podemos fazer mais pela
qualidade de vida dos doentes
com DPOC (Doença Pulmonar
Obstrutiva Crónica)*

Programa de Reabilitação Respiratória

© artmadesign.pt



No Centro Hospitalar de Leiria existe um Programa de Reabilitação Respiratória realizado por uma equipa multidisciplinar. Este programa visa controlar a doença e melhorar a sintomatologia, a tolerância ao exercício e a qualidade de vida dos doentes com doenças respiratórias crónicas.

A decorrer no Serviço de Medicina Física e Reabilitação e no Serviço de Pneumologia Hospital de Santo André

Rua das Olhalvas - 2410-197 Leiria

A Reabilitação Respiratória é uma intervenção multidisciplinar baseada na evidência, destinada a pessoas com doenças respiratórias crónicas, sintomáticas e com limitação nas atividades de vida diária, como por exemplo a DPOC.

As mais-valias deste programa são inúmeras, como a melhoria da capacidade de esforço, da falta de ar, da fadiga e da qualidade de vida, a redução da ansiedade e da depressão, a promoção da atividade física e da independência do utente na sua vida diária.

Também mostra benefícios no número e na gravidade de exacerbações da doença e na consequente utilização dos serviços de saúde, e no prognóstico da doença, internamentos e mortalidade.



Como podemos ajudá-lo?

Quem poderá ser referenciado para o Programa?

Para além de alterações em exames de diagnóstico específicos, os sintomas de doença respiratória crónica, como a DPOC, incluem queixas diárias de:

- Tosse com expectoração;
- Cansaço fácil mesmo com pequenas tarefas do dia-a-dia;
- Fadiga;
- Falta de ar;
- Ansiedade.



Com o Programa de Reabilitação Respiratória os doentes com doenças respiratórias crónicas são integrados num tratamento individualizado, que inclui exercícios de controlo ventilatório, condicionamento aeróbio, fortalecimento e alongamento muscular.



Além das sessões de treino, o Programa de Reabilitação Respiratória contempla também sessões educativas onde são abordados temas relacionados com a doença e o seu tratamento.

Como funciona?

Os doentes com DPOC são encaminhados para o Programa de Reabilitação Respiratória após avaliação em Consulta de Pneumologia (Consulta de Reabilitação Respiratória), a pedido de médico assistente. Posteriormente são avaliados em consulta de Medicina Física e de Reabilitação.

Duração e horários

Para cada doente, o Programa decorre duas vezes por semana, durante oito semanas. Cada sessão tem a duração de 90 minutos. Horários: segunda e quarta-feira, a partir das 9h00.



Conheça a equipa

A equipa é constituída por:

- Pneumologista;
- Fisiatra;
- Enfermeiro de reabilitação;
- Fisioterapeuta;
- Técnico de Cardiopneumologia;
- Psiquiatra;
- Nutricionista;
- Assistente Social.