

RESUMO: Portadores de doenças pulmonares crônicas evoluem com sintomas incapacitantes como a falta de ar e a intolerância para realizar exercícios. As limitações decorrentes da doença dificultam a realização de atividades da vida diária que são necessárias para o autocuidado. Os pacientes adotam uma vida sedentária, desenvolvem alterações do humor e tem uma qualidade de vida comprometida. Neste contexto a reabilitação pulmonar visa melhorar a capacidade física, reduzir o isolamento social e a dependência e melhorar a qualidade de vida dos pacientes. A reabilitação pulmonar é multidisciplinar (médico, enfermeira, nutricionista, fisioterapeuta, educador físico, psicólogo, assistente social) e da mesma participam alunos da graduação e da pós-graduação de diferentes áreas. Os pacientes são selecionados em consultas ambulatoriais respeitando a segurança para realização de exercícios físicos. Antes da inclusão na reabilitação os pacientes realizam uma consulta com a equipe multidisciplinar e respondem questionários de qualidade de vida, sobre o conhecimento da doença, presença de fadiga e de sintomas de ansiedade e depressão. É realizada avaliação da capacidade funcional pulmonar e da capacidade física. As metas são individualizadas de acordo com a situação basal de cada paciente. O programa de reabilitação pulmonar dura oito semanas e engloba sessões de treinamento aeróbico, exercícios de fortalecimento muscular e alongamento muscular três vezes por semana (cada sessão dura cerca de 2 horas). Paralelamente são realizadas reuniões com pacientes e familiares que buscam tirar dúvidas sobre a doença de base, sobre as causas dos sintomas, sobre aspectos nutricionais, forma de uso de medicamentos e sobre a importância da manutenção da atividade física regular após o término do programa. A avaliação após o programa utiliza os mesmos instrumentos e testes realizados no início da reabilitação. Após concluir o programa de reabilitação pulmonar os pacientes continuam participando de reuniões mensais com a equipe multidisciplinar para estimular a mudança de estilo de vida. Alunos da graduação e pós-graduação juntamente com a equipe multidisciplinar avaliam o programa anualmente. O programa de reabilitação com suas múltiplas atividades proporciona aos estudantes vivência com a equipe interdisciplinar e treinamento e associando extensão e pesquisa.