

Eficácia de um programa de educação para a saúde respiratória na qualidade de vida e ansiedade em utentes respiratórios crónicos

Sandra Gagulic¹, João Figueiredo¹



Introdução

Em Portugal, a taxa de utentes com doenças respiratórias especialmente crónicas, continuam a aumentar e a ser uma das principais causas de morbilidade. A promoção da saúde é uma áreas chave no aumento da longevidade e qualidade de vida desta população.

Avaliar o impacto de um programa de educação para a saúde nas atividades da vida diária, na qualidade de vida, ansiedade e na depressão em utentes institucionalizados.

Métodos

Estudo experimental longitudinal realizado numa residência Sénior do distrito de Viseu

Participantes: 14 utentes com patologia respiratória crónica; Idades: 79±87 anos; 4 participantes sexo feminino

Intervenção: Programa de oito semanas; duas vezes semana, duração 90 min; Sessões teórico práticas com os temas: envelhecimento ativo saudável; respirar melhor viver melhor; o diafragma; o ar que respiramos; estratégias de conservação de energia; técnicas de relaxamento qual a sua importância?

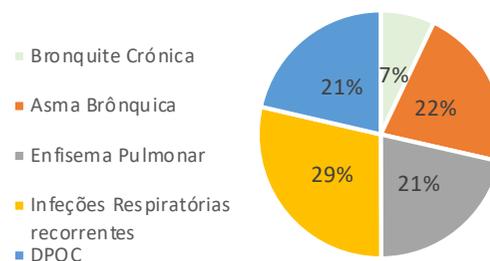
Instrumento: Saint George Respiratory Questionnaire (SGRQ); Escala de Ansiedade e Depressão Hospitalar (HADS); Modified Medical Research Council Dyspnea Scale

Período: junho a julho 2019

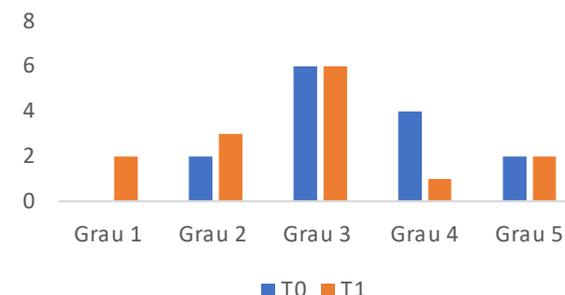
Análise estatística: Estatística descritiva e inferencial

Resultados

Diagnóstico clínico



Diferença do grau de dispneia após intervenção



Diferença entre T0 e T1 – Ansiedade e depressão e qualidade de vida

Ansiedade e depressão		
	Média e desvio padrão	
T0	15.3 ± 2.4	p 0.01
T1	12.6 ± 2.7	
Qualidade de vida – Saint George Respiratory Questionnaire – score total		
	Média e desvio padrão	
T0	55.4 ± 22.9	p 0.01
T1	47.1 ± 19.7	



Conclusão: Os resultados deste estudo sugerem que a educação para a saúde produz efeitos positivos da qualidade de vida e ansiedade em utentes respiratórios crónicos. Sendo pertinente o aprofundamento da temática numa amostra maior e em diferentes contextos nomeadamente em utentes não institucionalizados.

¹Escola Superior de Saúde do Instituto Piaget de Viseu, Viseu;