PARECER DA MESA DO COLÉGIO DA ESPECIALIDADE DE ENFERMAGEM DE REABILITAÇÃO N.º 03/2021

Assunto: PRESCRIÇÃO DE PROGRAMA DE REEDUCAÇÃO FUNCIONAL RESPIRATÓRIA E TREINO DE EXERCÍCIO

1. QUESTÃO COLOCADA

" […] Exerço enfermagem em anestesia num bloco operatório. E neste momento encontro-me a desenvolver um projeto em utentes submetidos a Sleeve gástrico e By pass gástrico, de acompanhamento em todo o perioperatório. Alguns destes utentes têm SAOS, e fazem CPAP.
Será que posso prescrever programa de reeducação funcional respiratória e fortalecimento muscular dos membros superiores e inferiores e executa-lo, ou será que dependo da prescrição de um outro profissional quer pneumologistas ou fisiatra?"

2. FUNDAMENTAÇÃO

O exercício profissional dos Enfermeiros Especialista em Enfermagem de Reabilitação é regulamentado por um quadro de referência orientador, plasmado nos seguintes documentos:

- Regulamento do Exercício Profissional dos Enfermeiros (REPE);
- Código Deontológico do Enfermeiro;
- Regulamento n.º 392/2019 – Regulamento das Competências Específicas do Enfermeiro Especialista em Enfermagem de Reabilitação;
- Regulamento dos Padrões de Qualidade dos Cuidados Especializados em Enfermagem de Reabilitação - aprovado na Assembleia do Colégio a 26 de Janeiro de 2018.

2.1. Segundo a carreira de Enfermagem o Enfermeiro Especialista em Enfermagem de Reabilitação é o profissional de saúde que intervém junto da pessoa/comunidade com o objectivo de prevenir, recuperar e habilitar a pessoa com *deficit* funcional ao nível cognitivo, motor, sensorial, cardiorrespiratório, da alimentação, da eliminação e da sexualidade e as ajudar a potenciar uma transição saudável (Padrões de Qualidade dos Cuidados Especializados em Enfermagem em Enfermagem de Reabilitação, 2015).

2.2. São competências do Enfermeiro Especialista em Enfermagem de Reabilitação, segundo o Regulamento das Competências Específicas do Enfermeiro Especialista em Enfermagem de Reabilitação publicado em Diário da Republica em 2019:

- Cuidar de pessoas com necessidades especiais, ao longo do ciclo de vida, em todos os contextos da práctica de cuidados;
- Capacitar a pessoa com deficiência, limitação da actividade e/ou restrição da participação para a reinserção e exercício da cidadania;
- Maximizar a funcionalidade desenvolvendo as capacidades da pessoa;
- Conceber e implementar programas de treino motor e cardio-respiratório;

PARECER DA MESA DO COLÉGIO DA ESPECIALIDADE DE ENFERMAGEM DE REABILITAÇÃO N.º 03/2021

- Avaliar e reformular programas de treino motor e cardio-respiratório em função dos resultados esperados.

2.4. No âmbito das suas qualificações profissionais, os Enfermeiros Especialistas em Enfermagem de Reabilitação prestam cuidados de enfermagem de reabilitação de forma autónoma segundo o Processo de Enfermagem.

2.5. O Enfermeiro Especialista em Enfermagem de Reabilitação incorpora os resultados da investigação na sua práctica clínica, recorrendo a práctica baseada na evidência na sustentação do processo de tomada de decisão com vista a optimizar de forma mais eficaz o resultado clínico e a qualidade de vida dos seus clientes.

2.6. Torna-se relevante definir os seguintes conceitos:

- ✓ Reeducação Funcional Respiratória é uma *"terapêutica baseada no movimento que vai actuar principalmente sobre os fenómenos mecânicos da respiração (ventilação externa) e através desta tentar melhorar a ventilação alveolar"*
- ✓ Exercício Físico é uma "*subcategoria da actividade física, na qual são executados movimentos corporais planeados, estruturados e repetitivos, de forma a manter ou incrementar um ou mais atributos físicos, num determinado período de tempo"*
- ✓ Fortalecimento muscular integra frequentemente os programas de reabilitação com o objectivo de aumentar a força, a massa e a resistência musculares, aspectos fundamentais para a realização de actividades de vida e actividades promotoras do autocuidado. Estes exercícios envolvem normalmente a contracção muscular contra uma resistência externa ou para suportar o peso do corpo.

2.7. O síndrome de Apneia Obstrutiva do Sono (SAOS) é uma doença crónica, progressiva, incapacitante, com alta mortalidade e morbidade cardiovascular, normalmente associada à obesidade.

2.8. Um dos tratamentos recomendado é o uso de CPAP (Continuous Positive Airway Pressure), que previne episódios de apneia durante o sono mantendo as vias aéreas abertas, e a práctica de exercício físico e actividade física regular com benefícios adicionais à redução do peso melhorando desta forma a eficiência do sono.

2.9. A Reabilitação Respiratória é uma intervenção terapêutica não farmacológica recomendada para pessoas com compromisso no processo Respiratório (onde se inclui o SAOS), de várias etiologias, baseada numa avaliação global e individualizada da pessoa, e que inclui entre outras intervenções exercício físico (por forma a melhorar a tolerância ao esforço e a independência funcional), componente educacional (cujo objetivo é a adoção de comportamentos promotores da saúde) e exercícios de reeducação funcional respiratória com o objectivo de melhorar ventilação.

2.10. As sessões de exercício físico devem incluir (após avaliação inicial criteriosa) treino aeróbio, treino de força muscular, treino da musculatura respiratória, alongamentos musculares e treino de equilíbrio, podendo ser operacionalizadas em diversos contextos como ginásio e internamento hospitalar, cuidados de saúde primários ou contexto domiciliário.

PARECER DA MESA DO COLÉGIO DA ESPECIALIDADE DE ENFERMAGEM DE REABILITAÇÃO N.º 03/2021

2.11. Gestão do regime terapêutico e Autocuidado são conceitos centrais no core de conhecimento da profissão de Enfermagem, sendo que a independência no autocuidado só se consegue nestas pessoas com aumento da tolerância à actividade que implica, como sabemos, treino muscular.

2.12. Exercício Físico em contexto da pessoa com alterações do Processo Respiratório e Cinesiterapia Respiratória fazem parte integrante dos currículos académicos dos Enfermeiros de Reabilitação sendo também temáticas abordadas em diversas Dissertações de Mestrado.

3. CONCLUSÃO

Face ao exposto, o Enfermeiro Especialista em Enfermagem de Reabilitação tem competência científica e técnica para, de forma autónoma, planear, executar e avaliar intervenções terapêuticas de Enfermagem de Reabilitação em diferentes contextos, nomeadamente, nas áreas de promoção da saúde, prevenção de complicações e/ou incapacidades secundárias, tratamento e reabilitação, maximizando o potencial da pessoa e minimizando sequelas.

Neste sentido, considera a Mesa do Colégio da Especialidade de Enfermagem de Reabilitação que o treino de exercício em contexto de Reabilitação Respiratória, bem como cinesiterapia respiratória e o treino de técnicas de gestão de energia fazem parte dos percursos formativos e são competências e intervenções autónomas dos Enfermeiros Especialistas em Enfermagem de Reabilitação, como aliás está descrito no Guia Orientador de Boa Práctica – Reabilitação Respiratória realizado pela Ordem dos Enfermeiros e publicado em 2018.

Nos termos do n.º 5 do Artigo 42º do Estatuto da Ordem dos Enfermeiros publicado no Decreto-Lei nº 156/2015, de 16 de Setembro, este parecer é vinculativo.

Relatores: MCEER
Aprovado: Na reunião ordinária do dia 12.04.2021

Pel´ A Mesa do Colégio da Especialidade de
Enfermagem de Reabilitação

Luís Gaspar
(Presidente)