



## AVALIAÇÃO DE UMA INTERVENÇÃO BASEADA EM TEORIA PARA PROMOVER A ATIVIDADE FÍSICA ENTRE CORONARIOPATAS.

Flávia T. Nagahama\*, Gabriela R. Ribeiro, Thaís M. São-João.

### Resumo

As doenças cardiovasculares (DCV) são aquelas que acometem tanto o coração quanto os vasos sanguíneos, estão entre as principais causas de morbimortalidade no país e no mundo, com destaque para a doença arterial coronária (DAC), primeira causa de mortalidade mundial 1-2. Tendo em vista os amplamente estabelecidos benefícios oriundos da prática regular de atividade física (AF), bom como sua natureza enquanto fator de risco modificável para o desenvolvimento e progressão da DAC, se faz relevante propor estratégias que tenham como finalidade promover comportamentos protetivos junto aos pacientes com DAC.<sup>3</sup> Portanto trata-se de um recorte de um estudo quase experimental mais amplo desenvolvido em três etapas com o objetivo de avaliar a eficácia de uma intervenção com vistas a promover a caminhada entre pacientes com DAC, por meio da condução da etapa final do experimento. Após a conclusão da primeira (T0) e segunda (T1) etapas por meio da interventora, a terceira etapa (T2), que corresponde ao presente estudo, ocorreu dois meses após T0 e consistiu em uma nova entrevista presencial para mensurar efeito da intervenção, por meio da avaliação do comportamento de caminhada, atividade física no tempo de lazer e avaliação da estratégia pelo participante. Os resultados encontrados demonstraram que a intervenção foi efetiva na promoção da AF, evidenciada por meio de tamanho de efeito moderado (Cohen's  $d=0,40$ ) e incremento na média de escore de prática de AF ao final do seguimento (25,68) em relação ao baseline (8,41).

**Palavras-chave:** *Enfermagem, doença das coronárias, atividade física*

### Introdução

Ao considerar a mortalidade ocasionada pelas DCV, com destaque para a DAC, a possibilidade de modificação do comportamento para a prática regular de AF, bem como, os benefícios envolvidos nesta prática regular, a relevância do sedentarismo como fator de risco para esta condição clínica e importância do papel desempenhado por profissional de saúde, com destaque para a enfermagem devido a sua proximidade com os pacientes, é de grande importância propor estratégias que tenham como finalidade promover comportamentos protetivos junto as pessoas com DAC. Sendo assim, este estudo teve como objetivo avaliar a eficácia de uma intervenção com vistas a promover a caminhada entre pacientes com DAC.

### Resultados e Discussão

Tratou-se de um recorte de um estudo quase experimental mais amplo, desenvolvido em três etapas, com vistas a aplicar uma estratégia de intervenção comportamental baseada em teoria. No presente estudo, foi conduzida a etapa final do estudo quase experimental, que correspondeu a uma entrevista presencial, dois meses após o baseline, para mensurar o comportamento de caminhada (QCAF), atividade física no tempo de lazer (GSLTPAQ) e avaliação da estratégia pelo participante do estudo.

A amostra ( $n=22$ ) correspondeu às pessoas que retornaram para a entrevista presencial no ambulatório especializado em cardiologia, em um hospital universitário do interior do Estado de São Paulo e foi caracterizada por homens (63,6%), com raça/cor distribuída entre brancos (50%) e pardos (40,9%), com média de idade de 63 anos, com Índice de Massa Corporal (IMC) médio de 28,4 kg/m<sup>2</sup>, que vivem com um companheiro (63,3%), em situação inativa de trabalho (59,1%), com renda mensal familiar média de R\$2135,00 e escolaridade média de 6,4 anos de estudo; apresentavam diagnóstico de angina (63,6%), sem histórico de IAM anterior (54,5%), com histórico de

sintomas de edema (59,1%), precordialgia e cansaço (45,5%), com diagnóstico de HAS e DM (54,5%) e dislipidemia (90,9%); assim como não apresentavam comportamento tabagista (95,45%) e etilista (90,91%). Os resultados encontrados demonstraram que a intervenção teve tamanho de efeito moderado (Cohen's  $d=0,40$ ) e levou a incremento na média de escore de prática de AF ao final do seguimento (25,68) em relação ao baseline (8,41).

### Conclusões

A intervenção comportamental baseada em teoria foi efetiva para promover o comportamento de caminhada entre pessoas com DAC. Estudos com maior tamanho amostral e seguimento longitudinal prolongado são necessários para avaliar sua reprodutibilidade e efeito em longo prazo.

### Agradecimentos

PIBIC-CNPq – Bolsa IC – Quota 2018-19.

<sup>1</sup> Curtis, M. D.; Shiu, K.; Butler, W. M. e Huffmann, J. C. *J. Am. Chem. Soc.* **1986**, *108*, 3335. Organização Pan-Americana de Saúde, Organização mundial da Saúde. Doenças Cardiovasculares.

<sup>2</sup> Ghorayeb N., Costa R.V.C., Castro I., Daher D.J., Oliveira Filho J.A., Oliveira M.A.B. et al. Diretriz em Cardiologia do Esporte e do Exercício da Sociedade Brasileira de Cardiologia e da Sociedade Brasileira de Medicina do Esporte. *Arq Bras Cardiol.* 2013;100(1Supl.2):1-41.

<sup>3</sup> CDC: Center of Disease Control and Prevention [internet]. Desenvolvido por U.S. Departamento f Health & Human Services; revisado em 14 de setembro de 2015.