

Fisioterapia na Hemodiálise: O Papel do Exercício Físico no Paciente Renal Crônico

Natalália Lopes Villela¹, Aline Roberta Danaga²

Introdução: A insuficiência renal crônica (IRC) é importante problema de saúde pública. No Brasil, foram dialisados 87 mil pacientes em 2008, sendo 96% desses tratamentos vinculados ao SUS. Pacientes dialisados apresentam alterações físicas e psicológicas importantes e, dadas as restrições impostas pela doença, tais alterações acarretam descondição físico e prejuízo na qualidade de vida.

Objetivo: abordar o papel do exercício físico e, portanto, da fisioterapia em pacientes com IRC sob tratamento dialítico.

Metodologia: revisão de literatura através de bases de dados eletrônicas Lilacs, Medline, Scielo, Bireme e PubMed; acervo da biblioteca da FSP; análise de artigos científicos, livros e sites governamentais pertinentes, com os seguintes descritores: exercício físico, insuficiência renal crônica, hemodiálise.

Resultados: A maioria dos artigos é condizente sobre a eficácia da aplicação de exercícios físicos para pacientes renais crônicos, independente da modalidade, promovendo melhor capacidade física e psicossocial. O exercício no período intradialítico tem maior aceitação devido à maior aderência pelos pacientes, conveniência de horários, quebra da monotonia, maior remoção de solutos, além de disponibilidade de equipe. Apesar de ter sido verificada um importante número de estudos sobre o tema, houve divergências nos resultados sobre o tempo total dos programas de treinamento estudados. Além disso, poucos estudos foram controlados e randomizados, e por isso seus resultados devem ser visto com alguma reserva.

Conclusão: Verificou-se que é bem estabelecido que o treinamento físico apresente aspectos benéficos para melhoria do estado geral e qualidade de vida de renais crônicos, e ainda, que podem ser realizados de forma segura, durante o tempo em que se encontram ligados à máquina. Apesar disso, essa prática não faz parte da rotina da maioria dos centros de hemodiálise. Acredita-se que a falta de conhecimento desse tipo de trabalho seja o principal fator limitante.

Palavras-chave:

Insuficiência renal crônica, exercício físico, hemodiálise, qualidade de vida.

1. Discente do Curso de Fisioterapia, Faculdade do Sudoeste Paulista – Avaré/SP.

2. Orientadora, Docente da Faculdade Sudoeste Paulista – Avaré/SP.