



Instituto Politécnico de Castelo Branco
Escola Superior de Saúde
Dr. Lopes Dias

9º CONGRESSO NACIONAL DE
FISIOTERAPEUTAS
Fisioterapia é Saúde



12.14
JUNHO
2015
CASCAIS
CENTRO DE CONGRESSOS DO ESTORIL



Implementação de um programa de exercício terapêutico em grupo para pessoas com comportamentos aditivos

Cândida Costa¹; Mariana Aparício¹; Vítor Pinheira (Comunicador)¹

¹ Instituto Politécnico de Castelo Branco - Escola Superior de Saúde Dr. Lopes Dias
E-mail: candidapintocosta@gmail.com | m_ap14@hotmail.com

Objetivos

- Avaliar o efeito de um programa de exercício terapêutico em grupo na saúde física e mental de pessoas com comportamentos aditivos;
- Consolidar o papel do fisioterapeuta na equipa multidisciplinar de um Centro de Atendimento a Toxicodependentes (CAT).

Relevância

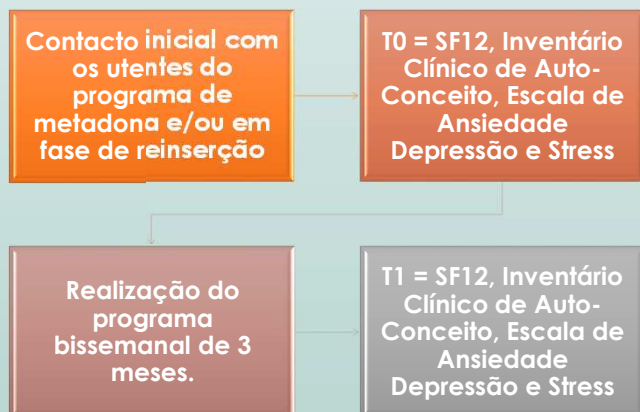
- Este projeto procurou introduzir diferentes métodos de apoio a uma população específica, desenvolvendo as potencialidades da fisioterapia na saúde mental na zona interior do país, divulgando assim as suas valências enquanto prestadora de cuidados de saúde de diversas populações.



Imagem 1 – Relaxamento com bolas



Descrição

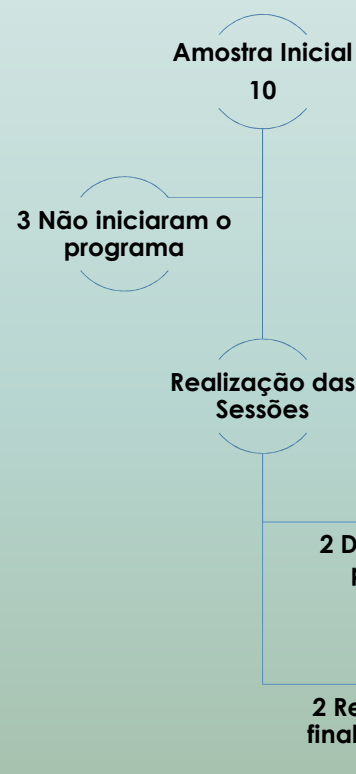


Nota: Só os indivíduos que passaram por todo o processo entraram no estudo.

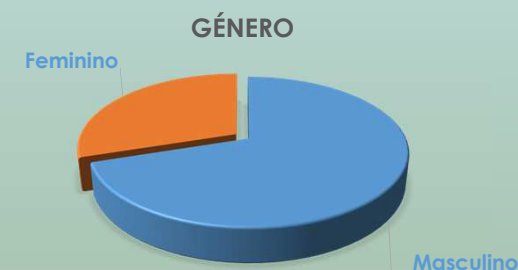


Imagem 2 –
Material
construído pelas
fisioterapeutas
para as classes.

Resultados



- Amostra inicial de 10 sujeitos (média 45 anos; 70% género masculino) dos quais 70% realizou o programa mas em que apenas foi possível reavaliar 2 dos participantes, pelo que a análise estatística dos dados não foi realizada. No entanto, ambos revelaram ganhos em algumas das variáveis.





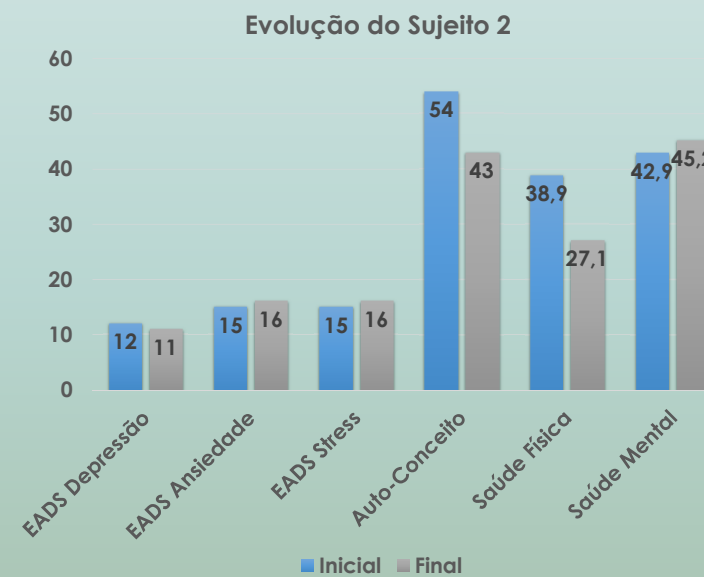
Escalas utilizadas: EADS (0 – melhor resultado; 63 – pior resultado), Inventário Clínico de Autoconceito (20 – melhor resultado; 100 - pior resultado) e SF-12 nas dimensões de Saúde Física e Mental (valores mais elevados indicam melhor estado de saúde).



Imagem 3 – Relaxamento com lençóis.



Imagem 4 – Classe de Hidroterapia





- O feedback dos utentes foi positivo demonstrando reconhecimento pela importância do movimento e vontade em prolongar o programa. Apesar disso, pelas características da condição específica, tiveram dificuldade na adesão, levando a consequentes dificuldades de reavaliação.

Satisfação dos Utentes



Conclusões

- Verificou-se a necessidade da fisioterapia em instituições que lidam com esta população em projetos de longo prazo, integrando as equipas multidisciplinares. Programas futuros deverão ter maior duração e ser realizados com amostras maiores, para se poderem retirar conclusões. Para aumentar os níveis de adesão, deve ser considerada a integração do fisioterapeuta a tempo inteiro nestas equipas.



Imagem 6– Sessão de relaxamento ao ar livre.