

**PARECER DA MESA DO COLÉGIO DA ESPECIALIDADE  
DE ENFERMAGEM DE REABILITAÇÃO  
N.º 03/2023**

**Assunto:** A IMPLEMENTAÇÃO DE EXERCÍCIO NOS DOENTES DE ALTO RISCO CARDIOVASCULAR, REALIZADO POR ENFERMEIROS DE REABILITAÇÃO

## 1. QUESTÃO COLOCADA

*“..implementação do exercício físico ( Reabilitação Cardíaca) em populações de risco como por exemplo: Doentes com complicações intra-hospitalares graves após síndrome coronária aguda; Cirurgia cardíaca ou intervenção coronária percutânea (ICP); Doentes com complicações após o evento agudo, ou doenças graves concomitantes com alto risco de eventos cardiovasculares (miocardiopatias, doença oncológica); Doentes com ICC avançada, ou seja, classe III e IV da New York Heart Association, e/ou doentes após transplante cardíaco recente, bem como, aqueles doentes com fragilidade.”*

## 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 140/2019 - Regulamento das Competências Comuns do Enfermeiro Especialista
- ❖ 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;

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 objetivo de prevenir, recuperar e habilitar a pessoa com **deficit funcional** ao nível cognitivo, motor, sensorial, cardíaco e respiratório, 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, 2018*).
2. O Enfermeiro Especialista detém para além da sua formação enquanto Enfermeiro, formação especializada na sua área de Especialidade, neste caso específico de Reabilitação devidamente certificada e validada pela Agência de Avaliação e Acreditação do Ensino Superior (A3ES).
3. 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 República em 2019:

**PARECER DA MESA DO COLÉGIO DA ESPECIALIDADE  
DE ENFERMAGEM DE REABILITAÇÃO  
N.º 03/2023**

- ❖ Cuidar de pessoas com necessidades especiais, ao longo do ciclo de vida, em todos os contextos da prática de cuidados;
  - ❖ Capacitar a pessoa com deficiência, limitação da atividade 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, cardíaco e respiratório**
  - ❖ Avaliar e reformular programas de **treino motor, cardíaco e respiratório** em função dos resultados esperados.
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.
5. O Enfermeiro Especialista em Enfermagem de Reabilitação incorpora os resultados da investigação na sua prática clínica, recorrendo a prática baseada na evidência na sustentação do processo de tomada de decisão com vista a otimizar de forma mais eficaz o resultado clínico e a qualidade de vida dos seus clientes.
6. A Reabilitação Cardíaca (RC) é uma intervenção terapêutica, não farmacológica, multidisciplinar. Representa a soma das atividades necessárias para influenciar favoravelmente a causa básica da doença cardíaca, bem como proporciona as melhores condições físicas, mentais e sociais, para que os doentes possam preservar ou retomar quando perdido, a sua independência, funcionalidade, atividade profissional e/ou papel na comunidade, com melhoria da qualidade de vida.
7. A RC é uma intervenção multifatorial geralmente composta de exercício físico estruturado, apoio psicológico e educação para promover mudanças positivas no estilo de vida de pessoas com diferentes doenças cardíacas (OMS, 2015).
8. A RC divide-se em 3 fases:
- **Fase I (Fase hospitalar):** realizada durante o internamento hospitalar, consiste em mobilização precoce, exercícios de baixa intensidade, ações educativas voltadas para adoção de estilo de vida saudável e controle de fatores de risco, incentivo à adesão terapêutica e participação nas fases seguintes da RC
  - **Fase II (Fase inicial pós-alta hospitalar):** realizada normalmente, em Centros Especializados de RC. Inclui, programa de exercício físico (individualizado em termos de intensidade, tipo (aeróbio ou de força muscular), duração, frequência e modalidade) e componente educacional com o objetivo de mudança comportamental a adoção de hábitos de vida saudáveis.
  - **Fase III (Fase de longa duração):** iniciada após a fase II e deve durar o resto da vida. Abrange pessoas com alteração do processo cardíaco de baixo risco que não participaram da fase II e são encaminhados pelos centros de RC da fase II.

**PARECER DA MESA DO COLÉGIO DA ESPECIALIDADE  
DE ENFERMAGEM DE REABILITAÇÃO  
N.º 03/2023**

9. A equipa de RC deve ser multi e interdisciplinar e incluir Enfermeiros Especialistas em Enfermagem de Reabilitação, podendo este ter uma intervenção complementar e/ou de responsabilidade/coordenação das diferentes componentes dos programas de reabilitação cardíaca de acordo com quadro anexo (Sociedade Portuguesa de Cardiologia,2018):

Componente	Responsabilidade	Complementar
Prescrição de exercício físico		X
Acompanhamento e vigilância nas sessões de exercício físico	X	
Controlo de fatores de risco		X
Educação para a saúde	X	
Intervenção Psicológica e/ou social		X
Intervenção Nutricional		X
Cessaçã Tabágico		X
Follow-up	X	

10. Torna-se relevante definir os seguintes conceitos:
- ✓ **Atividade Física** é “qualquer movimento corporal produzido pela contração voluntária do músculo-esquelético, que provoque dispêndio de energia acima do nível basal; estando assim intimamente relacionada com a realização das Atividades de vida diária”
  - ✓ **Exercício Físico** é uma “subcategoria da atividade 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”
- 11 **Gestão do regime terapêutico e Autocuidado** são conceitos centrais no *core* de conhecimento da profissão de Enfermagem, sendo que a independência nos autocuidados só se consegue nestas pessoas com aumento da tolerância à atividade que implica, como sabemos, treino muscular.
- 12 **Exercício Físico em contexto da pessoa com alterações do Processo Cardíaco** faz parte integrante dos currículos académicos dos Enfermeiros de Reabilitação sendo também temáticas abordadas em diversas Dissertações de Mestrado e Doutoramento.
- 13 **Na fase II da RC os Enfermeiros Especialistas em Enfermagem de Reabilitação** incluem a equipa de cuidados e devem realizar as suas funções de acordo com as suas competências, nomeadamente as competências:
- ✓ J3.1.: Conceber e implementar **programas de treino motor, cardíaco e respiratório;**
  - ✓ J3.2.: Avaliar e reformular **programas de treino motor, cardíaco e respiratório;**
  - ✓ em função dos resultados esperados.

**PARECER DA MESA DO COLÉGIO DA ESPECIALIDADE  
DE ENFERMAGEM DE REABILITAÇÃO  
N.º 03/2023**

**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 todas as fases da Reabilitação Cardíaca**, 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 Prática – Reabilitação Cardíaca realizado pela Ordem dos Enfermeiros e publicado em 2020.

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.

**4. BIBLIOGRAFIA**

Abreu, A., Mendes, M., Dores, H., Silveira, C., Fontes, P., Teixeira, M., Santa Clara, H., & Morais, J. (2018). Mandatory criteria for cardiac rehabilitation programs: 2018 guidelines from the Portuguese Society of Cardiology. *Revista portuguesa de cardiologia*, 37(5), 363–373. <https://doi.org/10.1016/j.repc.2018.02.006>

**Relatores: MCEER**

**Aprovado: Na reunião ordinária da MCEER do dia 11/09/2023.**

Peł A Mesa do Colégio da Especialidade de  
Enfermagem de Reabilitação  
Luís Gaspar  
Presidente