

INTENÇÃO E PRÁTICA REGULAR DE ATIVIDADES FÍSICAS APÓS A ALTA HOSPITALAR EM INDIVÍDUOS COM DOENÇA ARTERIAL CORONARIANA

IEPSEN, Alice Meyer¹; OLIVEIRA, Josi Mara Saraiva de²; SILVA, Marcelo Cozzensa da³

¹Universidade Federal de Pelotas/ Licenciatura em Educação Física; ²Universidade Federal de Pelotas/ Mestrado em Educação Física; ³Universidade Federal de Pelotas/ Departamento de desportos. alice_iepsen@hotmail.com.

1 INTRODUÇÃO

A Doença Arterial Coronariana (DAC) é importante causa de incapacidade e morte prematura em todo o mundo e representa cerca de 30% das mortes por todas as causas (WHO, 2007). A previsão para o ano de 2020 é de que mais de 40% do total dos óbitos da população mundial estará relacionado às doenças cardiovasculares e, em 2030, a previsão é que o número de mortes ultrapassará 24 milhões por ano (MACKAY et al., 2004).

A atividade física regular é recomendada para pessoas com DAC como um meio de prevenir e melhorar inúmeros fatores de risco a ela associados (PINA et al., 2003). Estudos têm mostrado consistentemente que o aumento da atividade física após um evento cardíaco está associado ao aumento da capacidade do exercício (PINA et al., 2003), sendo esse um dos mais fortes indicadores prognósticos na prevenção de novos eventos (MYERS et al., 2002). Apesar de conhecidos os benefícios da atividade física regular nessa população, poucos pacientes são ativos o suficiente para obter benefícios à saúde. Entre os que iniciam a atividade física com base em programas de reabilitação cardíaca, 20% desistem nos primeiros três meses e 50% entre seis meses e um ano (SUAYA et al., 2007).

Neste contexto, o presente estudo teve o objetivo de verificar a Intenção durante a alta e a prática regular de atividades físicas após dois meses da mesma e os fatores a ela associados em pacientes com DAC.

2 METODOLOGIA

Este estudo caracteriza-se por ser observacional do tipo coorte, onde os indivíduos foram avaliados em dois momentos, primeiro durante a internação e, posteriormente, dois meses após alta hospitalar.

Participaram da pesquisa indivíduos adultos com idade entre 30 e 79 anos, de ambos os sexos, portadores de DAC não complicada (angina instável e/ou infarto agudo do miocárdio), internados no Hospital de Cardiologia da Santa Casa de Rio Grande, RS, referência regional no sul do Brasil. Todos os casos elegíveis para o estudo foram selecionados consecutivamente durante a internação hospitalar entre os meses de junho a outubro de 2010. Aqueles considerados inaptos para prática regular de atividades físicas por problemas motores físicos e/ou psíquicos foram excluídos do estudo.

Na internação hospitalar, realizou-se a aplicação de um questionário testado e pré-codificado aos pacientes contendo informações demográficas, socioeconômicas, comportamentais e nutricional. Foram também avaliadas variáveis psicossociais da Teoria do Comportamento Planejado (TCP) (AJZEN, 1991). O

modelo e as questões de pesquisa adotados, foram retirados do “*Questionário para identificação dos fatores psicossociais determinantes do comportamento da atividade física em coronariopatas*” validado por Mendez et al.(2010).

Ao final do período de dois meses após a alta hospitalar, os indivíduos foram contatados por telefone para uma nova entrevista visando a manutenção de informações comportamentais e nutricional, bem como a mensuração do desfecho Comportamento Atual, o qual considerou ativos os indivíduos que relataram a prática regular de qualquer atividade física no domínio do lazer, mantida por no mínimo 30 minutos, três vezes na semana no tempo de dois meses após a alta hospitalar.

O banco de dados foi construído no programa Epi Info 3.5.1 for Windows e a análise realizada no programa STATA 10.0. A análise bivariada examinou tabelas de contingência e a associação estatística foi aferida para valor $p < 0,05$ pelos testes de χ^2 de Pearson para heterogeneidade ou tendência linear. A análise multivariável foi realizada através de regressão de Poisson.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Durante o período de cinco meses de recrutamento, 150 indivíduos completaram a primeira etapa de coleta de dados. Dos 150, 29 não concluíram a segunda etapa (dois óbitos, três recusas e 24 perdas de acompanhamento), perfazendo assim uma taxa de resposta de 81%.

A amostra da população estudada teve uma média de idade de 58 anos (desvio padrão=9,2 anos), sendo que 51,3% eram do sexo masculino e mais de 4/5 (89,3%) de cor branca. Quanto à escolaridade, 70,8% tinham até ensino fundamental. A maioria dos participantes era casada ou vivia com companheiro (68%) e mais da metade da amostra vivia com renda familiar de até dois salários mínimos. Observou-se que 22,7% fumava atualmente, 62,8% não realizava nenhuma atividade física na semana no período de seis meses anterior ao evento cardíaco e mais de 72% apresentava Índice de Massa Corporal (IMC) correspondente a sobrepeso/obesidade (igual ou superior a 25kg/m²).

A prevalência de Intenção para a prática regular de atividades físicas no momento da alta hospitalar foi de 48,2% (IC95% 39,8 a 56,7). Dos indivíduos que apresentaram Intenção positiva para a prática regular de atividades físicas 51,8% foram considerados ativos dois meses após a alta hospitalar. A incidência de prática regular de atividades físicas três vezes na semana por pelo menos 30 minutos dois meses após a alta hospitalar (Comportamento Atual) foi de 38,8% (IC95% 30,1 a 48,1). Observou-se que a incidência de Comportamento Atual ativo dois meses após a alta hospitalar foi maior entre os indivíduos com Intenção positiva para a prática ($p=0,008$). Quando analisadas conjuntamente (análise ajustada) a variável Intenção para a prática regular de atividades físicas continuou associada ao Comportamento Atual após controle para fatores de confusão, mostrando que a prática de atividades físicas dois meses após a alta hospitalar se manteve 90% maior entre os indivíduos que anteriormente relataram Intenção positiva para esta prática.

Diferente de outros estudos, a prevalência de Intenção encontrada pela presente pesquisa não é amparada pelos altos valores descritos na literatura. O estudo de Johnston et al. (2004), realizado com 597 pacientes com DAC mostrou que mais de 80% dos pacientes relataram Intenção positiva, assim como o estudo transversal de Godin et al. (1991), em que 105 dos 161 pacientes relataram alta Intenção para se exercitar.

No que se refere aos indivíduos com Intenção positiva para a prática regular de atividades físicas, observou-se que aproximadamente metade dos avaliados falharam em executar o Comportamento. A lacuna existente na relação Intenção-Comportamento tem sido evidenciada também em investigações envolvendo diferentes comportamentos relacionados à saúde, como o estudo de Sheeram (2002), ao qual verificou que entre 26% e 57% dos indivíduos não conseguiram transformar suas Intenções para o uso de preservativos, rastreamento do câncer ou a prática de atividades físicas em ações específicas.

Ao analisar a Intenção e o Comportamento Atual da prática regular de atividades físicas segundo as variáveis independentes em estudo, observou-se que ambos não estiveram significativamente associados a quaisquer variáveis demográficas, sócioeconômicas comportamentais, nutricional ou de saúde. Esse achado vai ao encontro de diversos estudos nos quais estas características não apresentaram efeitos significativos sobre os desfechos estudados na TCP (AJZEN; BROWN; CARVAJAL, 2004). Entretanto, Spana et al. ⁽⁴²⁾ encontraram associação entre Intenção para a prática da caminhada e tabagismo, bem como uma correlação direta com a renda mensal.

Em relação ao Comportamento Atual, a intenção para a prática regular de atividades físicas foi a única variável associada ao desfecho, o que é consistente com outros estudos descritos para a população cardíaca (BLANCHARD et al., 2003). Entretanto, no estudo de Johnston et al. (2004), a única variável preditora do comportamento foi o Controle Comportamental Percebido.

Alguns aspectos positivos devem ser destacados na execução do presente estudo. A medida da atividade física anterior ao evento cardíaco dos pacientes (Comportamento Passado) é fundamental e quase inexistente nos estudos avaliados. Além disso, a utilização de modelos teóricos é de grande importância quando se almeja estudar os fatores associados à prática de atividade física ou quando se planeja intervenções para promover determinado comportamento (como o aumento do nível de atividade física da população) (DUMITH, 2008).

Por outro lado, algumas limitações também precisam ser consideradas. Uma delas é a perda de acompanhamento. Outras limitações referem-se ao auto-relato do comportamento da atividade física, que resulta em dados de pior qualidade quando comparados a um indicador objetivo da atividade física, bem como a ausência da avaliação das crenças subjacentes dos constructos da TCP, que podem fornecer informações mais detalhadas a respeito de quais crenças seriam mais importantes para a compreensão da adoção do comportamento ativo dos pacientes dois meses após a alta hospitalar.

4 CONCLUSÃO

Os resultados encontrados indicam que o Comportamento da atividade física regular em pacientes com DAC dois meses após a alta hospitalar foi determinado pela Intenção. A determinação da Intenção, por sua vez, depende do indivíduo perceber facilidades para a prática regular de atividades físicas (Controle Comportamental Percebido); acreditar que a atividade física pode diminuir suas chances de um novo evento cardíaco (Risco Percebido); e ter praticado atividades físicas habitualmente (Hábito). Políticas públicas que tenham como objetivo a mudança do comportamento sedentário devem ter como foco a utilização dessas variáveis psicossociais ainda na internação hospitalar.

5 REFERÊNCIAS

- AJZEN, I. The Theory of Planned Behavior. **Organizational Behavior and Human Decision Processes**, v. 50, n. 2, p. 179-211, dez. 1991.
- AJZEN, I.; BROWN, T.C.; CARVAJAL, F. Explaining the discrepancy between intentions and actions: The case of hypothetical bias in contingent valuation. **Personality and Social Psychology Bulletin**, v. 30, n. 9, p. 1108-1121, set. 2004.
- BLANCHARD, C.M.; COURNEYA, K.S.; RODGERS, W.M.; FRASER, S.N.; MURRAY, T.C.; DAUB, B.; BLACK, B. Is the theory of planned behavior a useful framework for understanding exercise adherence during phase II cardiac rehabilitation? **Journal Cardiopulmonary Rehabilitation**, v. 23, n. 1, p. 29-39, jan-fev 2003.
- DUMITH, S. Proposal of a theoretical model to physical activity adoption. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**; v. 13, n. 2, p.110-120, 2008.
- GODIN, G.; VALOIS, P.; JOBIN, J.; ROSS, A. Prediction of intention to exercise of individuals who have suffered from coronary heart disease. **Journal of Clinical Psychology**, v. 47, n. 6, p. 762-772, nov. 1991.
- JOHNSTON, D.W.; JOHNSTON, M.; POLLARD, B.; KINMONTH, A.L.; MANT, D. Motivation is not enough: prediction of risk behavior following diagnosis of coronary heart disease from the theory of planned behavior. **Health Psychology**, v. 23, n. 5, p. 533-538, set. 2004.
- MACKAY, J.; MENSAH, G.; MENDIS, S.; GREENLUND, K. World Health Organization, Dept. of Management of Noncommunicable Diseases. **The atlas of heart disease and stroke**. Geneva: World Health Organization; 2004.
- MENDEZ, R.D.; RODRIGUES, R.C.; CORNELIO, M.E.; GALLANI, M.C; GODIN, G. Development of an instrument to measure psychosocial determinants of physical activity behavior among coronary heart disease patients. **Revista da Escola de Enfermagem USP**, v.44, n. 3, p. 584-596, set. 2010.
- MYERS, J.; PRAKASH, M.; FROELICHER, V.; DO, D.; PARTINGTON, S.; ATWOOD, J.E. Exercise capacity and mortality among men referred for exercise testing. **New England Journal of Medicine**;v. 346, n. 11, p. 793-801, mar 2002.
- PINA, I.L.; APSTEIN, C.S.; BALADY, G.J.; BELARDINELLI, R.; CHAITMAN, B.R.; DUSCHA, B.D.; FLETCHER, B.J.; FLEG, J.L.; MYERS, J.N.; SULLIVAN, M.J. Exercise and heart failure: A statement from the American Heart Association Committee on exercise, rehabilitation, and prevention. **Circulation**, v. 107, n. 8, p. 1210-25, mar. 2003.
- SHEERAN, P. Intention - Behavior Relations: A Conceptual and Empirical Review. **European Review of Social Psychology**, v. 12, n. 1, p.1-36, 2002.
- SPANNA, T.M.; RODRIGUES, R.C.; GALLANI, M.C.; MENDEZ, R.D. Physical activity behavior among coronary outpatients according to socio-demographic and clinical profile. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 63, n. 5, p. 741-748, set-out 2010.
- SUAYA, J.A.; SHEPARD, D.S.; NORMAND, S.L.; ADES, P.A.; PROTTAS, J.; STASON, W.B. Use of cardiac rehabilitation by Medicare beneficiaries after myocardial infarction or coronary bypass surgery. **Circulation**, v. 116, n. 15, p. 1653-1562, out. 2007.
- WHO. **Prevention of cardiovascular disease : guidelines for assessment and management of cardiovascular risk**. Geneva: World Health Organization; 2007.