

# MUDANÇAS DE HÁBITOS DE VIDA EM PESSOAS PÓS-INFARTO AGUDO DO MIOCÁRDIO EM UMA UNIDADE DE SAÚDE DA FAMÍLIA

Larissa Bertacchini de Oliveira<sup>1</sup>, Vilanice Alves de Araújo Püschel<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Estudante de Bacharelado em Enfermagem da EEUSP. Bolsista FAPESP 2009; <sup>2</sup> Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup>. do Departamento de Enfermagem Médico-Cirúrgica da EEUSP. Coordenadora do Grupo de Apoio Pedagógico (GAP)

## 1. Introdução

As modificações nos comportamentos não saudáveis presentes no estilo de vida das pessoas podem excluir ou controlar os fatores de risco, o que pode diminuir o risco de recorrência e melhorar o prognóstico de indivíduos que sofreram infarto agudo do miocárdio (IAM)<sup>1,2,3</sup>.

## 2. Objetivos

Identificar mudanças de hábitos de vida em pessoas que sofreram infarto agudo do miocárdio, acompanhadas em uma Unidade de Saúde da Família (USF).

## 3. Metodologia

Pela análise dos prontuários em uma Unidade de Saúde da Família no município de São Paulo, foram identificadas 42 pessoas que sofreram IAM nos últimos 10 anos, das quais 31 foram entrevistadas. Foram indagadas sobre o que modificou na vida após o IAM. Para a análise dos dados, foi realizada a análise do conteúdo conforme proposta de Bardin<sup>3</sup>, a partir da lógica de similaridade.

## 4. Resultados

A maioria das pessoas (58%) é do sexo feminino, com faixa etária entre 49 e 96 anos (média de 70 anos), de religião católica (64,5%), 42% possuem ensino médio completo e 71% são aposentados.

Do total de pessoas entrevistadas 90,4% revelaram mudanças de hábitos de vida após o episódio de infarto. Destas 57,8% modificaram para hábitos de vida mais saudáveis e 42,2% citaram mudanças de estilo de vida em consequência de sua nova condição de saúde, com o surgimento de restrições, incapacidades e insegurança. Ademais 9,6% das pessoas revelaram não ter havido modificação de quaisquer hábitos, assim sendo, do total de entrevistados, 58% das pessoas não modificaram seu estilo de vida em função do infarto no intuito da prevenção de uma recidiva.

A partir da análise do conteúdo das entrevistas que revelaram modificações de hábitos de vida mais saudáveis foram identificadas as seguintes categorias: mudanças **relacionadas à alimentação**, correspondendo a 46,3% das citações, em que prevaleceu a restrição de alimentos fritos; **relacionadas a atividades físicas**, em 22%, com mudanças relacionadas ao início da prática regular; **relacionadas a fatores emocionais**, em 8%, em que predominou a busca de controle de estresse emocional e **relacionadas a atividades sociais**, em 12% das citações em que se destacou a preocupação de acompanhamento médico.

## 5. Considerações Finais

A prevenção da doença coronariana constitui importante aspecto a ser abordado pelos profissionais da saúde. Quando ocorre o infarto é imperativo o controle dos fatores de risco modificáveis e a mudança de hábitos de vida de pessoas acometidas. Embora 90,4% dos entrevistados tenham revelado mudanças de hábitos de vida após o episódio de IAM, as mudanças citadas ainda são indicando a necessidade de intervenção da equipe de saúde da família, para a prevenção dos fatores de risco por meio de ações educativas.

## 6. Referências Bibliográficas

- 1 Colombo RCR, Aguillar OM. Estilo de vida e fatores de risco de pacientes com primeiro episódio de infarto agudo do miocárdio. Ver Latin Amer Enferm 1997; 5(2):69-82.
- 2 Piegas LS, Avezum A, Pereira JCR. Risk factors for myocardial infarction in Brazil. Am Heart Journal 2003; 146:331-8.
- 3 Goldmeier S, Castro I. A teoria do autocuidado no manejo dos fatores de risco em pacientes pós infarto agudo do miocárdio. Rev AMRIGS 2005; 49(3):149-154.
- 4 Bardin L. Análise de conteúdo. Lisboa: Edições 70; 1977.