



**CLINICAL &
BIOMEDICAL
RESEARCH**



REVISTA DO HOSPITAL DE CLÍNICAS DE PORTO ALEGRE E
FACULDADE DE MEDICINA DA UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL

Volume 42, Supl. - outubro 2022



12 a 16
SET
2022

Semana
CIENTÍFICA
do HCPA

Anais

1580 - EXERCÍCIO FÍSICO E DEMAIS TAREFAS DE AUTOCUIDADO DE PACIENTES NA INTERNAÇÃO PSQUIÁTRICA

Éder Tiago de Pauli, Isabella Lucas Hofacker, Louise Gabrielle de Mattos, Jader Levi da Silva de Oliveira, Gisele Battistelli, Anderson Borges Ferreira, Juliana Unis Castan, Vanessa Menegalli

HOSPITAL DE CLÍNICAS DE PORTO ALEGRE

Introdução: A internação psiquiátrica é considerada como um recurso necessário e estratégico, capaz de oferecer o cuidado em momentos de maior vulnerabilidade do paciente, quando identificado risco de vida a si ou outros¹. O ser humano deve ser considerado de forma multifacetada e complexa, superando visões e intervenções fragmentadas, com a adoção de um olhar biopsicossocial, abordagem que integra diferentes dimensões na compreensão do sujeito^{2,3}. A prática consciente de atividades de higiene, como tomar banho, escovar os dentes e se vestir fazem parte do autocuidado, assim como a realização de exercícios físicos que são importantes para a saúde física e emocional. **Objetivo:** Identificar níveis de autonomia, de acordo com percepção do paciente, frente a tarefas de autocuidado, como atividades básicas de higiene e a prática de exercícios físicos, em pacientes na Unidade de Internação Psiquiátrica do Hospital de Clínicas de Porto Alegre (HCPA). **Método:** Esta é uma pesquisa quantitativa descritiva, com delineamento transversal realizada pela equipe de residentes multiprofissionais do Programa de Saúde Mental. Como critério de inclusão utilizou-se o ingresso pelo Sistema Único de Saúde na unidade de internação psiquiátrica do referido hospital. Não foram identificados critérios de exclusão. A coleta da pesquisa ocorreu no período de 02/08/2021 a 31/12/2021. Este projeto foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa do HCPA, obtendo sua aprovação através do parecer número 4.786.339. **Resultados:** A amostra final foi composta por 91 pacientes que responderam ao questionário criado pelas autoras. Dentre as tarefas de autocuidado, 83,5% dos pacientes referiram ter autonomia para tomar banho, 89% para escovar os dentes e 83,5% para vestir-se, enquanto apenas 35% dos pacientes mencionaram ter independência para a prática de exercícios físicos. **Conclusão:** Através da análise dos dados podemos criar hipóteses quanto à baixa adesão autônoma na prática de exercícios físicos quando comparado a outras tarefas. Apesar dos benefícios que as atividades físicas proporcionam, essa prática necessita de maior incentivo dos profissionais da saúde, orientando e incorporando-as aos hábitos de autocuidado. Através da melhora das condições físicas, as demais atividades do autocuidado serão realizadas com maior qualidade e segurança, reforçando a importância do Profissional de Educação Física integrando a avaliação e intervenção multidisciplinar.