Coronariopatia

Orientações ao cuidador

As principais mudanças no estilo de vida a serem implementadas são intervenções relacionadas à interrupção do tabagismo, às orientações sobre dietas saudáveis, ao controle do peso corpóreo e à atividade física (LOPES, 2006):

- **Tabagismo**

  O risco de morte por doença arterial coronariana se reduz em 50% após um ano em relação aos que continuam fumando.

- **Obesidade**

  É considerado um fator de risco independente para doença cardiovascular. Uma pessoa com sobrepeso (IMC > 25 e < 30kg/m^2) ou com obesidade (IMC > 30kg/m^2) tem aumento progressivo de mortalidade, principalmente por doença cardiovascular. Uma moderada redução no peso e o aumento da atividade física podem resultar na redução da pressão arterial, do triglicerídeo e do LDL colesterol, além de elevar o HDL-colesterol.

- **Nutrição**

  O consumo excessivo de colesterol e gorduras saturadas e em forma trans está associado ao aumento de doença arterial coronariana. Deve ser estimulada dieta com baixo teor de sal (cloreto de sódio < 5g/dia).

- **Atividades físicas**

  Atuam reduzindo a incidência de doenças crônicas, com ação benéfica em níveis hormonais e no controle do peso corpóreo. A inatividade física é um importante fator de risco cardiovascular.

Outro fator de risco importante para doença aterosclerótica é a hipertensão arterial. Esta é a principal causa de AVC e contribui para o aumento de risco de IAM, recorrente em pacientes com doença arterial coronariana.

Outras orientações que devem ser passadas ao paciente e à família são as seguintes (BELLEHUMEUR et al, 2007):

- informar sobre a segurança no domicílio;

Universidade Federal de Pernambuco
@Saber Tecnologias Educacionais e Sociais
UNA-SUS Universidade Aberta do SUS
Ministério da Saúde
FIOCRUZ Fundação Oswaldo Cruz
Ministério da Saúde
Governo Federal

Orientações ao cuidador

• conhecer as técnicas de conservação de energia (como o uso de andadores, de cadeiras de rodas e outras);

• informar sobre possíveis efeitos adversos medicamentosos e interações medicamentosas;

• orientar sobre a importância de memorizar o nome dos medicamentos em uso contínuo;

• orientar o uso de meias elásticas (quando necessárias) para prevenir tromboembolias;

• informar sobre sinais e sintomas que devem ser relatados para a equipe e que podem significar uma emergência (principalmente a dor anginosa e suas características).