
A fisioterapia na insuficiência renal crônica

Lara Stock Petry¹

Sandra Magali Heberle²

Resumo: A insuficiência renal crônica (IRC) é definida como uma perda lenta, progressiva e irreversível das funções renais, uma condição na qual os rins não apresentam mais funcionalidade por causa da destruição dos néfrons, resultando na incapacidade do organismo em manter o equilíbrio metabólico e hidroeletrólítico renal. Desse modo, os rins tornam-se incapazes de filtrar o sangue com o objetivo de eliminar substâncias que podem ser tóxicas para o organismo quando estão em grandes concentrações no sangue, como ureia e creatinina. Os sintomas variam de indivíduo para indivíduo. Os mais comuns são fadiga, inchaço nos membros inferiores, excesso de urina, pressão alta ou distúrbios do equilíbrio hidroeletrólítico. À medida que a insuficiência renal progride e os resíduos metabólicos se acumulam no sangue, os sintomas evoluem. As principais causas para a incidência de IRC são hipertensão arterial e diabetes mellitus: o sangue se torna mais ácido, a anemia se desenvolve, os nervos são prejudicados, o tecido ósseo se deteriora e o risco de aterosclerose (acúmulo de gorduras, colesterol e outras substâncias nas paredes das artérias) aumenta. O tratamento envolve métodos de substituição renal, incluindo o transplante, ou seja, a substituição dos rins doentes por um rim saudável de um doador, sendo esse o método mais efetivo e de menor custo para a reabilitação de um paciente com insuficiência renal crônica terminal; outro é a hemodiálise, que é o tratamento mais utilizado. Ela é definida como um procedimento que limpa e filtra o sangue, liberta o corpo dos resíduos prejudiciais, do excesso de sal e de líquidos, controlando a pressão arterial e ajudando o organismo a manter o equilíbrio de substâncias químicas como sódio, potássio e cloretos. A fisioterapia tem grande importância durante o tratamento de pacientes com IRC, em hemodiálise. Esse consiste em três etapas: (1) inicia com a avaliação do paciente, com objetivo de identificar suas necessidades em relação às atividades de vida diária (ADV), disfunções musculoesqueléticas e a queixa principal; (2) continua com a fisioterapia pré-hemodiálise sendo realizada minutos antes da sessão de hemodiálise, com a verificação de sinais vitais e, em seguida, alongamentos de membros superiores e inferiores, para prevenção de encurtamentos musculares e preparação da musculatura para as atividades de fortalecimento muscular, fortalecimento de membros superiores com pesos de acordo com a tolerância e treino de caminhada e equilíbrio, caso haja necessidade, conforme a avaliação; (3) por último, vem a fisioterapia durante a hemodiálise, com exercícios voltados para membros inferiores (alongamentos e fortalecimento muscular) e respiratórios. A intervenção fisioterapêutica em pacientes com IRC traz inúmeros benefícios, a saber: melhora da

¹ Centro Universitário Cesuca. Graduanda do curso de Fisioterapia. E-mail: larapetry0103@gmail.com.

² Centro Universitário Cesuca. Docente do curso de Fisioterapia. E-mail: sandra.heberle@cesuca.edu.br.

tolerância à glicose, auxiliando no controle de diabetes; melhora da atividade do coração com controle das arritmias e da pressão arterial por meio de treinamento aeróbico que ajuda a regular o sistema nervoso; diminuição de sintomas como fraqueza muscular, dores musculares e dispneia, e melhora da qualidade de vida com o aumento da autoconfiança e independência para executar as atividades diárias.

Palavras-chave: Insuficiência Renal Crônica; Fisioterapia; Hemodiálise.