

# Universidade cria protocolo para tratar pessoas com doença renal

PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA LIDERA EQUIPE MULTIDISCIPLINAR DA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE BRASÍLIA



***“O Profissional de Educação Física pode auxiliar os pacientes na manutenção de uma vida ativa e saudável, o que pode contribuir para o controle da DRC e prevenção de outras doenças”***

A doença renal crônica (DRC) é uma condição em que os rins gradualmente perdem sua função ao longo do tempo, podendo levar a uma falência renal. Por se tratar de uma condição complexa, que pode afetar diversos sistemas do organismo, o trabalho de uma equipe multidisciplinar, que possa abordar a DRC de diferentes perspectivas e oferecer um tratamento completo e integrado, é fundamental.

Pensando nisso, pesquisadores da Universidade Católica de Brasília (UCB), no Distrito Federal, desenvolveram um protocolo multidisciplinar, o Procardio Rim, para tratar pessoas com doença renal crônica em diferentes estágios. A equipe é formada por profissionais das áreas de Nutrição, Educação Física, Fisioterapia e Medicina, o que permite um olhar global sobre o paciente e um atendimento personalizado.

Cada um desses profissionais desempenha um importante papel, e a colaboração entre eles é fundamental, como explica Thiago dos Santos Rosa [CREF 097313-G/SP], coordenador do Procardio Rim e professor do Programa de Pós-Graduação em Educação Física da UCB.

“O Profissional de Educação Física pode auxiliar os pacientes na manutenção de uma vida ativa e saudável, o que pode contribuir para o controle da DRC e prevenção de outras doenças. Ele pode prescrever exercícios físicos adequados e seguros para a condição renal, monitorar a resposta dos pacientes e ajustar o plano de treinamento/periodização conforme necessário. Em conjunto com a equipe multidisciplinar, o Profissional de Educação Física pode ajudar os pacientes a melhorar a qualidade de vida e prevenir complicações”, conta.

Isso porque o exercício físico regular pode ajudar a reduzir o risco de desenvolver diabetes e hipertensão, duas das principais causas de DRC, além de ajudar a manter uma massa corporal saudável, o que também pode reduzir o risco da doença.

“Não existe um tipo específico de treino que seja recomendado para o tratamento da DRC, mas atividades aeróbicas de baixo impacto, como caminhada, ciclismo e natação, podem ser apropriadas para a melhora cardiorrespiratória e vascular. Além disso, o treinamento de força pode ajudar a manter a massa muscular e melhorar a força física, evitando os quadros de sarcopenia e dinapenia”, detalha Thiago Rosa.

Vale destacar que a doença renal crônica pode ter diversas causas, e o sedentarismo não é a única delas, como reforça o coordenador do ProCardio Rim. “É importante lembrar que a DRC pode ter várias causas, e que o sedentarismo é apenas um dos fatores que podem contribuir para o seu desenvolvimento. Além de manter um estilo de vida ativo, é importante controlar outras condições médicas que possam afetar a saúde renal, como diabetes e pressão arterial elevada”.



***“É importante lembrar que a DRC pode ter várias causas, e que o sedentarismo é apenas um dos fatores que podem contribuir para o seu desenvolvimento. Além de manter um estilo de vida ativo, é importante controlar outras condições médicas que possam afetar a saúde renal, como diabetes e pressão arterial elevada”***

Ou seja, o tratamento é um processo individualizado e deve ser discutido com o médico, nutricionista, fisioterapeuta, assistente social, psicólogo e profissional de Educação Física. É importante seguir as recomendações multiprofissionais para ajudar a retardar a progressão da doença e reduzir o risco de complicações. Também é importante consultar uma equipe multidisciplinar antes de iniciar qualquer programa de exercícios. Dependendo do estágio da doença, pode ser necessário modificar o tipo, duração e intensidade dos exercícios para evitar complicações.

E é com essa visão, que o ProCardio Rim atua promovendo benefícios tanto aos usuários como ao sistema de saúde pública do país, pois melhora a qualidade de vida dos pacientes, reduz o número de hospitalizações, de medicações utilizadas e da mortalidade desta população.

**Sobre o programa:** Thiago Rosa, coordenador do programa, atua há mais de 12 anos com ensino, pesquisa e extensão voltados ao tratamento da doença renal crônica. O ProCardio Rim se consolidou a partir da sua ida para a Universidade Católica de Brasília, sendo reforçado em 2018, quando Thiago tornou-se orientador no Programa de Pós-Graduação em Educação Física, e mais recentemente no Programa de Ciências Genômicas e Biotecnologia, onde pode agregar profissionais e cientistas de diferentes áreas à sua equipe, aumentando a capilarização do exercício físico como ferramenta fundamental no tratamento da DRC. Em abril, o profissional participou de uma edição do Café Com Personal, evento online e gratuito, promovido pelo CONFEF em parceria com a Associação Nacional de Personal Trainers.

Para assistir a sua palestra, acesse: [confef.com/600](https://confef.com/600)

**Com informações da CCS/CAPES.**

