

**Università degli Studi di Padova**

Facoltà di Medicina e Chirurgia  
Corso di Laurea in Infermieristica

**Tesi di Laurea**

**Efficacia di un intervento educativo  
infermieristico nel favorire l'aderenza  
alla prescrizione di esercizio fisico in  
pazienti ricoverati per sindrome  
coronarica acuta**

**Relatore: Prof. Ines Opportuni**

**Laureanda: Angela Scarpa**

**Anno Accademico 2012-2013**

## **RIASSUNTO**

**Background:** Nonostante sia ampiamente riconosciuta l'importanza dell'educazione sanitaria volta a migliorare gli stili di vita dei pazienti cardiopatici, la brevità dei ricoveri e la tendenza a dare priorità alla terapia dell'evento acuto, non lasciano spazio sufficiente ad iniziative strutturate per i singoli pazienti durante il ricovero, con conseguenti effetti negativi sull'aderenza alle prescrizioni mediche e in particolare sull'adozione di uno stile di vita attivo per ridurre il rischio di nuovi eventi coronarici.

**Obiettivi:** valutare l'efficacia di un intervento infermieristico educativo di gruppo rivolto ai pazienti ricoverati per sindrome coronarica acuta in fase di dimissione ai fini dell'aderenza alla prescrizione di eseguire attività fisica.

**Materiali e metodi:** Gli incontri sono stati realizzati nel periodo di Gennaio -Febbraio 2013, presso le UO di Cardiologia dei presidi ospedalieri di Mestre e Venezia.

E' stato realizzato un PowerPoint come materiale didattico da proiettare durante gli incontri. La comprensione delle nozioni ricevute è stata valutata attraverso somministrazione di un questionario sulle conoscenze prima e dopo la sessione di gruppo stessa. L'efficacia dell'intervento educativo è stata valutata attraverso la somministrazione ai pazienti di un questionario sui livelli di attività fisica prima dell'incontro e successivamente nel follow up telefonico a distanza di 30 giorni per verificare l'aderenza al programma di attività fisica prescritta.

A distanza di 7 e 14 giorni dall'incontro sono state inoltre effettuate telefonate motivazionali personalizzate di rinforzo.

**Risultati:** sono stati organizzati 5 incontri con 16 pazienti e 7 familiari. Ciascun incontro è durato circa 1 ora e sono stati trasmessi contenuti sulla malattia coronarica, sui fattori di rischio/protettivi e sui benefici dell'attività fisica come strategia preventiva.

**Discussione/conclusioni:** un incontro educativo di gruppo alla dimissione ad opera dell'infermiere seguito da 2 follow-up telefonici possono migliorare, a breve termine, il livello di aderenza alla prescrizione di eseguire attività fisica dopo una sindrome coronarica acuta.

**Parole chiave:** coronaropatia e attività fisica, prevenzione cardiovascolare, educazione sanitaria, aderenza al training fisico, assistenza infermieristica.

