



**UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI PADOVA
DIPARTIMENTO DI MEDICINA**

CORSO DI LAUREA IN INFERMIERISTICA

TESI DI LAUREA

**INDAGINE SUL LIVELLO DI ATTIVITÀ FISICA, BARRIERE E FATTORI
MOTIVAZIONALI NEI PAZIENTI AFFERENTI ALL'AMBULATORIO DELLO
SCOMPENSO CARDIACO DELL'OSPEDALE PIOVE DI SACCO**

Relatore: Dott.ssa Elena Fanton

Correlatore: Dott. Simone Schiavon

Laureanda: Ana Zmeu

Anno Accademico 2015-16

ABSTRACT

Background: Lo scompenso cardiaco cronico rappresenta uno dei principali problemi sanitari per i suoi elevati tassi di morbilità, mortalità e ospedalizzazione e per i costi elevati che comporta. Inoltre, è causa non solo di morbilità e di mortalità, ma anche di riduzione dell'autosufficienza e della qualità della vita. E' stato ampiamente dimostrato che l'attività fisica regolare migliora i sintomi dello scompenso cardiaco e aumenta le capacità funzionali, con conseguente aumento della qualità della vita e riduzione delle riospedalizzazioni. Tuttavia, il livello di adesione a questo tipo di trattamento non farmacologico risulta essere basso.

Obiettivo: Valutare, nelle persone affette da scompenso cardiaco stabile seguite ambulatorialmente, il livello di attività fisica e indagare sui fattori limitanti e motivazionali che lo determinano.

Materiali e metodi: I dati sul livello di attività fisica svolta sono stati raccolti mediante la somministrazione di un questionario validato in lingua italiana, il *Global Physical Activity Questionnaire* (GPAQ), mentre le informazioni su fattori limitanti e fattori motivazionali sono state indagate in forma libera. L'intervista è stata fatta di persona presso l'ambulatorio dello scompenso cardiaco dell'Ospedale Piove di Sacco.

Risultati: Il campione è costituito da 20 pazienti: 14 uomini e 6 donne, l'età media è di 64 anni ($\pm 4,96$). In seguito a una suddivisione dei pazienti intervistati in tre categorie, è risultato che il 40% svolge una quantità di attività fisica settimanale inferiore a 600 MET (I categoria), il 25% svolge tra 600 e 1200 MET di attività fisica (II categoria) e il 35% supera i 1200 MET settimanali (III categoria). Inoltre, il 55% degli intervistati non svolge nessun tipo di attività fisica nel tempo libero. Per quanto riguarda le barriere individuate, tra le più frequenti vi sono la mancanza di indicazioni sullo svolgimento di attività fisica regolare, la mancanza di motivazione, la mancanza di tempo.

Conclusioni: Dall'indagine si evince che il livello di attività fisica (soprattutto quella finalizzata) dei pazienti intervistati è piuttosto basso e che le barriere prevalgono sulle motivazioni. Risulta perciò di fondamentale importanza che l'infermiere, che è la figura professionale più a contatto con i pazienti, non si limiti a educarli, ma li aiuti anche a superare le barriere e trovare la motivazione mediante strategie la cui efficacia è ampiamente dimostrata, come il colloquio motivazionale.