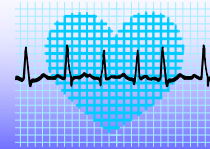


PT-BRIGADA

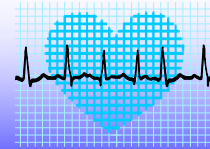
■ OBJETIVOS:

- 1-Criar uma metodologia padronizada e específica para avaliação médica de candidatos à brigada de emergência.
- 2-Gerar um documento formal desta avaliação.
- 3-Criar um banco de dados para pesquisas e comparações futuras.



Variáveis de Risco do Software

- Idade
- Aptidão
- Relação Col T / HDL
- Triglicérides
- Glicose
- % gordura ou IMC
- Pressão arterial – resposta hipertensiva
- Antecedentes pessoais
- Antecedentes familiares
- Tabagismo
- Estresse
- Diabetes
- ECG
- TE



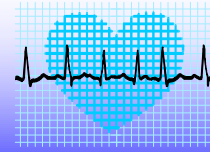
CARDIOPATIAS

■ **CONGÊNITAS**

- ◆ **Do músculo, das válvulas, dos vasos**
- ◆ **Complexas**

■ **ADQUIRIDAS**

- ◆ **Do músculo, das válvulas**
- ◆ **Dos vasos**
- ◆ **Dependentes de outros órgãos ou sistemas**



Medidas de Performance Humana

$V\text{O}_2$ max.- Maior vol.de O_2 que se pode absorver e transportar até os tecidos durante esforço max.

- METs-Equiv.metabólico-medida de capacidade de executar o exercício.

1METs= 3.5 ml/kg/min. de O_2

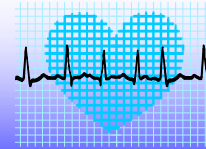
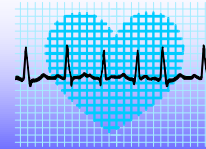


TABLE 5-3. VETERANS SPECIFIC ACTIVITY QUESTIONNAIRE

Before beginning your treadmill test today, we need to estimate what your usual limits are during daily activities. Following is a list of activities that increase in difficulty as you read down the page. Think carefully, then underline the first activity that, if you performed it for a period of time, would typically cause fatigue, shortness of breath, chest discomfort, or otherwise cause you to want to stop. If you do not normally perform a particular activity, try to imagine what it would be like if you did.

- 1 MET: Eating; getting dressed; working at a desk
- 2 METs: Taking a shower; shopping; cooking; walking down eight steps
- 3 METs: Walking slowly on a flat surface for one or two blocks; doing moderate amounts of work around the house like vacuuming, sweeping the floors, or carrying in groceries
- 4 METs: Doing light yard work, i.e., raking leaves, weeding, sweeping, or pushing a power mower; painting; light carpentry
- 5 METs: Walking briskly; social dancing; washing the car
- 6 METs: Playing nine holes of golf, carrying your own clubs; heavy carpentry; mowing lawn with a push mower
- 7 METs: Carrying 60 pounds; performing heavy outdoor work, i.e., digging, spading soil, etc.; walking uphill
- 8 METs: Carrying groceries upstairs; moving heavy furniture; jogging slowly on flat surface; climbing stairs quickly
- 9 METs: Bicycling at a moderate pace; sawing wood; jumping rope (slowly)
- 10 METs: Briskly swimming; bicycling up a hill; jogging 6 mph
- 11 METs: Carrying a heavy load (i.e., a child or firewood) up two flights of stairs; cross-country skiing; bicycling briskly and continuously
- 12 METs: Running briskly and continuously (level ground, 8 mph)
- 13 METs: Performing any competitive activity, including those that involve intermittent sprinting; running competitively; rowing competitively; bicycle racing.



Intensidade	Atividades no lar	Atividades laborais	Atividade física
Muito leve 3 METs	Tomar banho, fazer a barba, vestir. Trabalho de escritório. Conduzir um automóvel.	Trabalho sentado (de escritório)De pé (garçom, vendedor)	Caminhar (em terreno plano, a 3 quilômetros /hora). Bicicleta fixa, sem resistência. Esteira ligeira
Leve 3-5METs	Limpar janelas, juntar folhas no jardim. Cortar o gramado com máquina.	Solda ligeira. Marcenaria ligeira. Empapelamento. Conserto de automóvel.	Caminhar (5-6 quilômetros por hora). Bicicleta em terreno plano. Esteira muito ligeira.
Pesada 7-9 METs	Serrar, subir escadas (velocidade moderada) Carregar objetos.	Cavar fossas. Trabalhos com pá.	Futebol, patinar (no gelo ou sobre rodas) cavalgar. Montanhismo, esgrima, tênis.
Muito pesada superior a 9 METs	Carregar objetos por uma escadaria. Carregar objetos de mais de 45 quilogramas de peso. Subir escadas rápido.	Lenhador, trabalho muito pesado.	Futebol americano, Beisebol, Squash, Esquiar, Basquete vigoroso.

PT-BRIGADA

PT-BRIGADA

continuação

EMPRESA - _____
NOME - _____
DATA - ___/___/___ MATRÍCULA - _____

COMPORTAMENTO DA PRESSÃO ARTERIAL:

Aptidão Cardio-respiratória : VO2 MAX- _____ METS- _____
Grau de Risco Coronariano: Classe: _____ (Tabela de Cooper)

Obs: _____

AV. NEURO-PSIQUIÁTRICA:

Tranquilo Stress Deprimido S.Pânico Bi-Polar TCE
 Sim 1 Sim Sim Sim Sim
 Não 2 Não Não Não Não
 3

ESPIROMETRIA: Normal Anormal _____
 Déficit Obstrutivo Restritivo

OBS.: _____

obs: _____

AV. CLÍNICA-CARDIORESPIRATORIA:

Peso- _____ Altura- _____ IMC _____ % Gordura _____ Circ. Abdominal _____
HAS- Sim Não Sedentarismo- Sim Não H. Pessoal- Sim Não H. Familiar- Sim Não Diabetes- Sim Não
Tabagismo- Sim Não Colesterol- _____ HDL- _____ Triglicerídios- _____ Glicemia- _____
TGO- _____ TGP- _____ Gamma GT- _____

AV. MÚSCULO-ESQUELÉTICA:

Medicação: _____

I A F - TABELA DE CLASSIFICAÇÃO

Classificação	Muito Baixo	Baixo	Regular	Bom	Ótimo
Somatório Pontuação	0 a 20	21 a 40	41 a 60	61 a 80	81 a 100
Grau de Suficiencia	Muito Critico	Critico	SUFICIENTE		
			Inferior	Basal	Superior

TESTE ERGOMÉTRICO (T.E.)- Bicicleta Esteira Protocolo _____

CONCLUSÃO FINAL

Fc. Max _____ Fc. sub-max _____

APTO APTO COM RESTRIÇÃO
 INAPTO TEMPORÁRIO INAPTO DEFINITIVO

ECG em repouso: _____

ECG durante esforço: _____

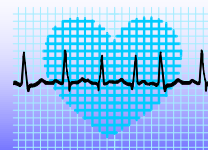
ECG após esforço _____

RECOMENDAÇÕES: _____

CONCLUSÕES DO T.E _____

Normal Anormal

AJS, masc, 40 anos, Líder de Brigada



P R O M E P E R

Sistemas de Promoção de Saúde

R. Accioly

	25-06-97	14-08-97
■ Altura (1,72 m)		
■ Peso	97	90
■ Gordura cutânea	32,7%	30,5
■ PA	140/100	120/80
■ Colesterol		
◆ Total	493	226
◆ HDL	21	38
■ Triglicerídeos	1993	359
■ Glicose	115	83
■ VO2	25	30
■ Prova de esforço		
◆ Pré	140/100	120/80
◆ 10 min	200/120	170/80
◆ 12 min	220/120	190/80
◆ 14 min	—	210/80



Risco Cardiovascular

Fat. Risco	19/03/1999 Valor	15/06/2000 Valor	18/04/2001 Valor	15/04/2002 Valor
Aptidão	Regular	Regular	Fraca	Fraca
Colesterol	204	290	307	270
HDL total	48	52	41	41
Triglicérides	112	454	493	361
Glicose	286	250	263	313
Gord. %	19	19	26	27
Idade	51	52	53	54
ECG	Normal	Normal	Normal	Alterado
RCV	BX	MD	AT	AT

ALRA, 51a, Supervisor de Manutenção