

EXAME FÍSICO ADULTO

Definição: Exame físico é um método de abordagem diagnóstica fundamentado na coleta sistemática de dados, através da história clínica do paciente e de exame físico, que engloba todos os recursos disponíveis a beira do leito (inspeção, palpação, percussão e ausculta). O exame físico adulto tem como objetivo avaliar as características individuais do paciente.

Indicações: O exame físico deve ser realizado em toda consulta médica.

ETAPAS DO PROCEDIMENTO:

1. Iniciar pela Identificação do paciente

- Nome, idade, sexo, cor, estado civil, nacionalidade, naturalidade, residência, profissão, procedência e religião.

2. Queixa Principal

3. História da Doença Atual

4. Sintomas gerais

- Localização da dor, início, duração, periodicidade, ritmo, qualidade, intensidade, fatores agravantes e de alívio, sintomas concomitantes e eventos progressivos semelhantes, Orientação em tempo e espaço, febre, astenia, cansaço, desmaios, síncope, mal-estar, sudorese, perda de peso.

5. Interrogatório Complementar

- Dieta (ritmo intestinal, de alimentação, entre outros).
- Hábitos (exercício, tabagismo, alcoolismo, uso de drogas, condições de higiene, horas de sono, entre outros).
- Perfi I Psicológico (relações afetivas e de trabalho, hobbies, etc.).
- Condições de Moradia (número de cômodos, instalações sanitárias, etc.).
- Condições de gestação, nascimento e desenvolvimento.
- Doenças comuns da infância.
- Vacinas.
- História sexual (menarca, telarca e pubarca, início de vida sexual, número de parceiros, gestações, abortamentos, tipos de parto, data da última menstruação (DUM), menopausa, dentre outros).
- Traumatismos.
- Internações prévias.
- Procedimentos cirúrgicos.
- Medicamentos.
- Alergias.

6. Antecedentes Mórbidos Familiares

- Pergunte sobre a causa e idade em que morreram, com particular atenção a problemas genéticos e ambientais.
- Câncer.
- Enxaqueca.
- Tuberculose.
- Hanseníase.
- Hipertensão arterial e outras doenças vasculares.
- Distúrbios mentais e suicídio.
- Anemias, diabetes e obesidade.
- Distúrbios da tireóide.
- Nefropatias.
- Doenças hepáticas e biliares.
- Asma, Alergia.
- Úlcera péptica.
- Morte súbita, entre outros.

Pele e fâneros: alterações da cor da pele, umidade, textura, temperatura, prurido, presença de lesões. Alterações dos cabelos (ressecamento, queda, aumento de pelos em mulheres) e unhas (unhas fracas, quebradiças, com alteração da coloração).

Promoção da saúde: uso de protetor solar, cuidados com pele e cabelos.

Cabeça: cefaleia, tonturas, traumatismos.

Olhos: acuidade, ardência, diplopia, dor, escotomas, exoftalmia, fotofobia, lacrimejamento, nistagmo, olho seco, prurido. Uso de lentes corretoras, último exame oftalmológico.

Ouvidos: acuidade, dor, otorragia, otorrêia, prurido, vertigens, zumbidos. Uso de aparelhos auditivos, exposição a ruídos e uso de equipamentos de proteção individual.

Orofaringe e laringe: aftas, alterações da voz, boca seca, dor de dentes, dor de garganta, halitose, implantes e/ou próteses dentárias, pigarro, roncos, sangramentos, sialorréia, ulcerações. Escovação de dentes e língua (quantas vezes?), último exame odontológico.

Pescoço: aumento de volume, presença de linfonodos, turgência jugular.

Sistema respiratório: chiado, cianose, dispnéia, dor torácica, tosse, expectoração, hemoptise, vômica.

Sistema cardiovascular: dor precordial, palpitações, dispneia aos esforços, ortopnéia, dispnéia paroxística noturna, edema, lipotímia, sudorese fria. Último exame cardiológico.

Sistema digestório: alterações do apetite e/ou intolerância alimentar, diarréia, disfagia, dispepsia, distensão abdominal, dor, empachamento, menterorragia, epigastria, eructações, esteatorrêia, flatulência, melena, hematêmese, incontinência fecal, náuseas, odinofagia, pirose, regurgitação, sangramento anal, soluços, tenesmo, vômitos. Ritmo intestinal, coloração das fezes, uso de laxantes, chás digestivos ou antiácidos.

Sistema urinário: disúria, hematúria, dor lombar, polaciúria, poliúria, polidipsia, nictúria, oligúria, anúria, edema, retenção urinária, incontinência urinária, urgência miccional, estrangúria, colúria, hipospádia.

Sistema genital masculino: alterações do jato urinário, corrimento uretral, disfunção erétil, dor testicular, preapismo, homospermia, ginecomastia. Alterações do desenvolvimento sexual. Auto-exame testicular, Antígeno Prostático Específico (PSA) , preventivo de câncer de próstata, uso de preservativos.

Sistema genital feminino:

Mamas: dor, nódulos, retrações, mamas extra-numerárias, secreção papilar. Prevenção do câncer de mama.

Genital: ciclo menstrual (regularidade, fluxo, duração dos ciclos, data da última menstruação), idade da menarca, dismenorréia, dispareunia, síndrome pré menstrual (SPM), anticoncepção, prurido vaginal, corrimento vaginal, sangramentos fora do ciclo menstrual. Alterações do desenvolvimento sexual. Infertilidade. Gestações: Gravidez, Parto, Aborto? Parto normal, cesárea ou fórceps? Partos a termo e prematuridade. Malformações, macrossomia ou microssomia fetal. Complicações dos partos. Doenças durante a gestação. Menopausa: idade e sintomas da menopausa. Terapia de reposição hormonal (TRH).

Sistema osteoarticular: atrofia muscular, câimbras, fraqueza, mialgias, deformidades, espasmos, sinais inflamatórios (dor, calor, rubor), artralgias, rigidez articular, rubor articular, edema. Hábitos de levantar peso, cuidados com a postura, movimentos repetitivos, uso de saltos muito altos.

Sistema nervoso: alterações da fala, alterações da marcha, claudicação, alodinia, anestesia, parestias, parestesias, paralisias, afasias, distúrbios de memória, distúrbios de aprendizagem e concentração, síncope, transtornos do sono, torpor, tremores. Verificar uso de andadores, cadeiras de roda e fisioterapia.

Psíquico e condições emocionais: alucinações, angústia, ansiedade, atenção, atos compulsivos, consciência, fobias, tricofagia, onicofagia, humor, inteligência, pensamento (normal, alteração do curso ou conteúdo), pensamentos obsessivos recorrentes, sensação de medo constante, tiques, vômitos induzido.

Considerações:

- Todo material necessário para o exame físico do paciente deve ser preparado, testado e estar disponível em local de fácil acesso. O médico deverá higienizar as mãos com álcool 70% e orientar o paciente e o familiar sobre o exame físico.
- Para realizá-lo nos utilizamos de nossos sentidos e às vezes instrumentos auxiliares simples: Inspeção (visão, olfato), Palpação (tato), Percussão (tato e audição) e Ausculta (audição).

REFERÊNCIA:

SOUZA, B.F. **Manual de Propedêutica Médica**. 2. ed. Rio de Janeiro. São Paulo: Livraria Atheneu, 1985.