

## REABILITAÇÃO PNEUMOFUNCIONAL NO PÓS-COVID19: ELABORAÇÃO DE MATERIAIS ONLINE PARA A POPULAÇÃO DE CAXIAS DO SUL/RS

Amanda Lizot<sup>a</sup>, Chistine Jacoby<sup>a</sup>, Marcela Dalla Porta<sup>a</sup>, Bruna Eibel<sup>a</sup>, Caroline Bernardes<sup>a\*</sup>

a) Curso de Fisioterapia, Centro Universitário da Serra Gaúcha, Caxias do Sul, RS.

**\*Orientador (autor correspondente):**

\*Caroline Bernardes, endereço: Rua Os Dezoito do Forte, 2366.  
Caxias do Sul – RS. CEP: 95020-472.  
E-mail: caroline.bernardes@fsg.edu.br

**Palavras-chave:**

COVID-19. Fisioterapia. Técnicas de fisioterapia.

**INTRODUÇÃO/FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA:** O SARS-CoV-2, responsável pela doença COVID-19, vêm mostrando repercussões sistêmicas, prejudicando diversos sistemas do corpo humano. O fisioterapeuta é um dos profissionais considerados de extrema importância no manejo desses pacientes (GRIGOLETTO et al, 2020), envolvido na reabilitação destes pacientes, com o intuito de reduzir os déficits causados pela doença e contribuir para uma melhor qualidade de vida. Têm se observado que os pacientes que permaneceram por mais tempo em internação hospitalar apresentam maiores e mais graves comprometimentos musculoesqueléticos e cardiorrespiratórios, e mesmo após alta possuem mais fadiga e dessaturação ao exercício físico. Avila et al, 2020, trás que a intervenção fisioterapêutica, irá englobar quatro aspectos: o treinamento aeróbico que é de extrema importância e tem influência na capacidade aeróbica e funcional do paciente, outro aspecto é o treinamento de força muscular, o treinamento muscular inspiratório deve ser feito e tem o objetivo de aprimorar a força muscular inspiratória, a capacidade funcional e a de exercícios físicos através de aparelhos específicos e também o treinamento neurofuncional, que deve levar em consideração a classificação Internacional de Funcionalidade (CIF), os anseios e os objetivos do paciente, assim como a necessidade de reabilitar o impacto direto, suas sequelas e as comorbidades preexistentes. Existe então, a necessidade desses pacientes realizarem um programa intensivo de reabilitação física a fim de proporcionar e resgatar a funcionalidade global e a capacidade respiratória com a finalidade do mesmo voltar a realizar as suas atividades de vida diárias e adquirir uma melhor qualidade de vida (DE SOUZA, et al 2020). Desta forma, se propôs desenvolver materiais para inserção social, com embasamento científico com o intuito de informar, instruir, educar e esclarecer dúvidas sobre a reabilitação pneumofuncional no pós-COVID19. **MATERIAL**

**E MÉTODOS:** Trata-se de uma proposta de elaboração de material on-line, com embasamento científico, na qual foi realizada uma busca eletrônica nas bases de dados MedLine/PubMed e LILACS, por meio das palavras-chaves descritas no Decs Fisioterapia, Covid-19 e Técnicas de Fisioterapia. Foram lidos os estudos que apresentassem a relação entre a patologia do COVID-19 e a reabilitação pneumofuncional. Depois disso, foram criados materiais informativos em forma de *templates* com selo de embasamento científico, pelas estagiárias da fisioterapia contextos hospitalar I e II, em parceria com o Diretório Acadêmico do Centro Universitário da Serra Gaúcha (DA), sendo realizadas postagens destes materiais nas redes sociais do DA entre 30 de Março até 30 de Abril de 2021. **RESULTADOS E DISCUSSÕES:** Foram confeccionados 9 posts, sendo realizadas 3 postagens ao longo de 1 mês englobando as temáticas: prevenção; uso e higiene adequada das máscaras; sinais e sintomas; isolamento domiciliar; reabilitação pneumofuncional; exercícios respiratórios, aeróbicos e resistidos domiciliares pós-COVID e cuidados para realizá-los, com enfoque principal na reabilitação. O percentual de seguidores nas redes sociais do DA subiu +4.6% ao longo deste mês de acompanhamento. A literatura acerca da reabilitação pneumofuncional no pós-COVID19 ainda está em diária construção e evolução, mas sabe-se quais recursos e técnicas fisioterapêuticas devem ser utilizadas com cautela no atendimento da fisioterapia a pacientes com COVID-19 (FURLANETTO et al, 2020; MAINARDI et al, 2021), e quais devemos intensificar: manobras de reexpansão pulmonar, exercícios terapêuticos estimulando a aumento do VAC (volume de reserva inspiratório e expiratório); EPAP (pressão positiva expiratória nas vias aéreas); Treinamento Muscular Inspiratório (TMI), associando ao exercício aeróbico e resistido (SANTANA et al, 2021). **CONCLUSÃO:** A fisioterapia é de extrema importância para a reabilitação pneumofuncional do paciente pós COVID19, uma vez que existem inúmeros acometimentos, tanto cardiopulmonares como musculoesqueléticos. Nessa perspectiva, a criação de materiais científicos e o acesso a informações fidedignas auxiliam o paciente no reestabelecimento de suas funções prévias, buscando centros especializados e profissionais especializados, mostrando para esses indivíduos que a reabilitação pós alta hospitalar deve ser realizada.

**REFERÊNCIAS**

AQUINO, EML. Medidas de distanciamento social no controle da pandemia de COVID-19: potenciais impactos e desafios no Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v.25, p.2423-2446, 2020.

AVILA, PES, PEREIRA, RN e TORRES, DC. Guia de orientações fisioterapêuticas na assistência ao paciente pós COVID-19. 2020.

FURLANETTO KC, HERNANDES NA, MESQUITA RB. Comitê COVID-19. Associação Brasileira de Fisioterapia Cardiorrespiratória e Fisioterapia em Terapia Intensiva (ASSOBRAFIR). Recursos e técnicas fisioterapêuticas que devem ser utilizadas com cautela ou evitadas em pacientes com COVID-19. 2020. Disponível em: [https://assobrafir.com.br/wpcontent/uploads/2020/04/ASSOBRAFIR\\_COVID-19\\_Usar-com-cautela-ou-evitar\\_2020.04.15.pdf](https://assobrafir.com.br/wpcontent/uploads/2020/04/ASSOBRAFIR_COVID-19_Usar-com-cautela-ou-evitar_2020.04.15.pdf).

GRIGOLETTO, I, CAVALHERI, V, DE LIMA, FF e RAMOSA, EMC. Recovery after COVID-19: The potential role of pulmonary rehabilitation. **Brazilian Journal of Physical Therapy**, v.24, n.6, p. 463-464, 2020.

SANTANA AV, FONTANA AD, PITTA F. Reabilitação pulmonar pós-COVID-19. *J Bras Pneumol*. v.47, n.1, p.e20210034, 2021.

SOUZA, MO, SILVA, ACS., ALMEIDA, JR, SANTOS, JFM., SANTANA, LF, NASCIMENTO, MBC e DE SOUZA, EC. Impactos da COVID-19 na aptidão cardiorrespiratória: exercícios funcionais e atividade física. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v.25, p.1-5, 2020.

**WHO. Rational use of personal protective equipment for coronavirus disease 2019 (COVID - 19).** Interim guidance, 27. February, 2020. Disponível em: [https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/331215/WHO-2019-nCov-IPCPPE\\_use-2020.1-eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/331215/WHO-2019-nCov-IPCPPE_use-2020.1-eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y). Acesso em 27 de março de 2021.