

Qual a importância da

FISIOTERAPIA RESPIRATÓRIA

para recuperação das sequelas de

COVID-19?



@alunoscontraocorona

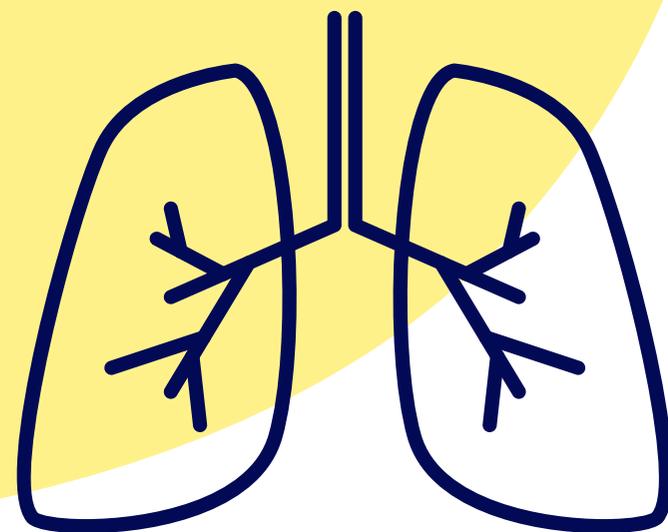


CONSEQUÊNCIAS DO COVID

A pandemia de COVID-19, tem gerado um cenário complexo para a saúde mundial, causando comprometimento funcional em milhares de pessoas que foram infectadas pelo vírus.

Mesmo após a alta hospitalar, o comprometimento do estado físico-funcional e alguns sintomas (como tosse, fraqueza, cansaço e falta de ar) podem persistir por vários dias.

Esse comprometimento está ligado principalmente ao pulmão.



PESQUISAS SOBRE AS SEQUELAS DO COVID



Um estudo na Irlanda, que acompanhou 153 pacientes recuperados da Covid-19 por até 75 dias após o diagnóstico, apontou que os sintomas apresentados no período pós-cura apareceram mesmo em pessoas que tiveram a doença em grau leve.

Isso ressalta a **importância** da reabilitação no pós-cura.



IMPORTÂNCIA DA FISIOTERAPIA



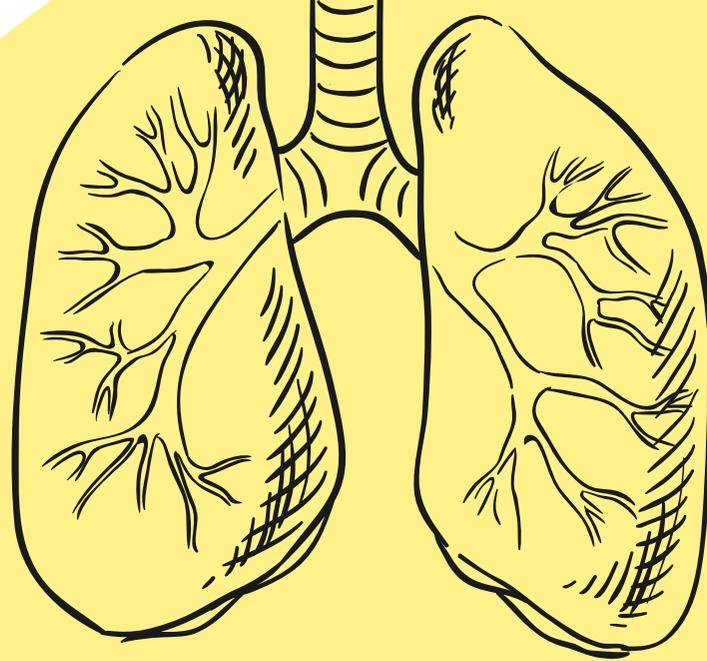
UNIVERSIDADE
FEDERAL DO RIO DE JANEIRO

A fisioterapia respiratória é muito importante na **prevenção** e no **tratamento** de disfunções causadas pela Covid-19 no intuito de minimizar as sequelas e ajudar na reabilitação dos recuperados.

As técnicas e **exercícios respiratórios** podem propiciar vários **benefícios** à função pulmonar, entre eles o fortalecimento dos músculos respiratórios, o aumento da resistência e da tolerância ao exercício, a redução da sensação de falta de ar, assim como a diminuição da ansiedade e do stress.



PARA QUE É NECESSÁRIO A REABILITAÇÃO PULMONAR?

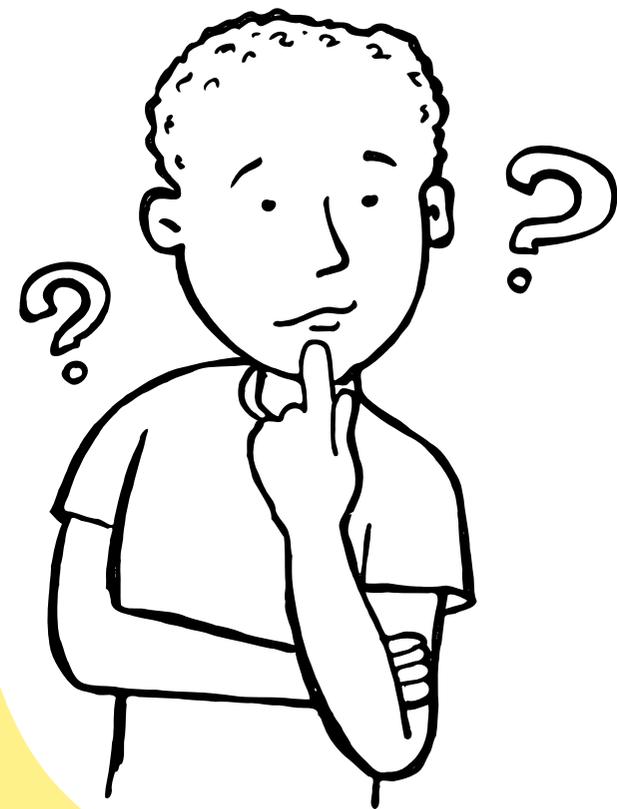


A fisioterapia respiratória é recomendada principalmente para favorecer a **recuperação física** de pacientes pós-COVID-19 durante a hospitalização e após a alta hospitalar.

Pacientes com **consequências cardiopulmonares mais severas** têm indicação de começar a reabilitação pulmonar ainda durante a internação.



COMO FUNCIONA?



Quando o paciente chega para a reabilitação pós-covid, após ter passado pela avaliação médica, o profissional fisioterapeuta faz uma primeira consulta para entender o caso e a necessidade do tratamento.

Faz-se um protocolo de avaliação, no qual são observadas as principais sequelas. Além disso, são feitos testes motores no intuito de checar se há paralisia, entre outros pontos.

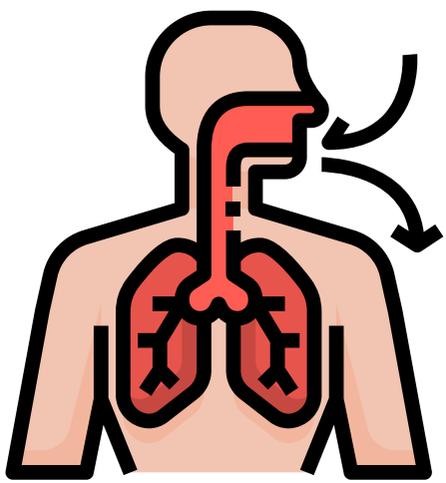
A seleção dos exercícios deve ser individual, considerando as particularidades e sequelas da COVID de cada paciente.

No geral, ela consiste em exercícios que dão o suporte para que o paciente respire bem, realizando as trocas gasosas de forma adequada.



QUANTO TEMPO DURA A FÍSIO?

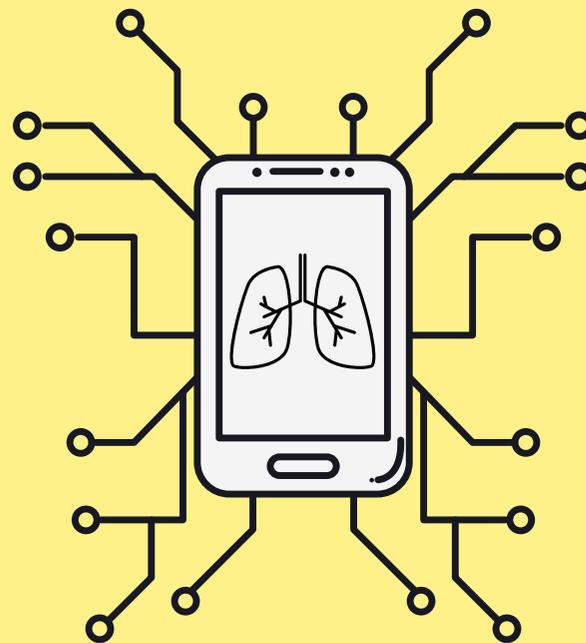
A duração do tratamento varia de seis semanas a três meses a depender da sequela, segundo fisioterapeuta Rosângela Porto dos Santos, que atua na reabilitação pós-covid do Hospital Regional do Guará em Brasília.



@alunoscontraocorona



AS TECNOLOGIAS E A FISIOTERAPIA PULMONAR



Existem atualmente **ferramentas tecnológicas** que permitem a monitorização e o controle à distância das atividades de reabilitação, permitindo maior segurança aos pacientes e familiares (como softwares e aplicativos para tablets e celulares).

A **telerreabilitação** tem ganhado grande destaque nesse cenário. Ela se utiliza de recursos de **telecomunicação** para oferecer reabilitação remotamente, trazendo benefícios semelhantes à reabilitação presencial.





REFERÊNCIAS

Fisioterapia respiratória auxilia na recuperação de pacientes com Covid-19. Secretaria de Planejamento, Governança e Gestão do Rio Grande do Sul, 2021. Disponível em: <https://planejamento.rs.gov.br/fisioterapia-respiratoria-auxilia-na-recuperacao-de-pacientes-com-covid-19>. Acesso em: 19 de fev. de 2022.

SANTANA, André Vinícius; FONTANA, Andrea Daiane; PITTA, Fabio. Reabilitação pulmonar pós-COVID-19. J Bras Pneumol, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jbpneu/a/nXKFpxSjzHpgw8893y77c6L/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 19 de fev. de 2022.

JARDON, Carolina. Fisioterapia ajuda pacientes com sequelas pós-covid. Agência Brasília, Brasília, 28 de ago. de 2021. Saúde. Disponível em: <https://www.agenciabrasilia.df.gov.br/2021/08/26/fisioterapia-ajuda-pacientes-com-sequelas-pos-covid/>. Acesso em: 19 de fev. de 2022.

LUIZA, Ingrid. O papel da fisioterapia respiratória durante e depois da Covid-19. Veja, 10 de ago. de 2021. Medicina. Disponível em: <https://saude.abril.com.br/medicina/o-papel-da-fisioterapia-respiratoria-durante-e-depois-da-covid-19/>. Acesso em: 19 de fev. de 2022.

