

DIRETRIZES DE REABILITAÇÃO TERAPÊUTICA OCUPACIONAL NA SÍNDROME PÓS-COVID-19





**CONSELHO REGIONAL
DE FISIOTERAPIA E
TERAPIA OCUPACIONAL
DA 4ª REGIÃO (CREFITO-4 MG)**

MINAS GERAIS · MARÇO DE 2021

SUMÁRIO

1. PRINCIPAIS SEQUELAS DA COVID-19	3
2. ATUAÇÃO DA TERAPIA OCUPACIONAL	4
2.1 ALTERAÇÕES FUNCIONAIS	4
2.2 ALTERAÇÕES COGNITIVAS	6
2.3 ALTERAÇÕES MENTAIS/EMOCIONAIS	7
3. BIOSSEGURANÇA	7
4. IMPORTANTE	8



REABILITAÇÃO PÓS-COVID-19

Sabemos que mesmo diante do cenário de pandemia do novo coronavírus, uma doença altamente contagiosa, os atendimentos terapêuticos ocupacionais são essenciais e precisam ocorrer de forma precoce visando maximizar as habilidades funcionais nos estágios iniciais das sequelas apresentadas.

Essas diretrizes para o manejo clínico em pacientes com a **COVID-19** foram desenvolvidas por terapeutas ocupacionais especialistas em suas áreas de atuação, baseadas nas evidências científicas disponíveis. São recomendações para a prática clínica que podem gerar uma assistência segura, mais eficiente e de qualidade. Os artigos científicos que foram utilizados para construção deste material se encontram nas referências ao final do documento.



1. PRINCIPAIS SEQUELAS DA COVID-19:

Embora os efeitos a longo prazo de pacientes que se recuperam de **COVID-19** sejam desconhecidos, estudos recentes identificaram vários acometimentos como alterações respiratórias, neurológicas, cardíacas, musculoesqueléticas, emocionais e cognitivas.

SINAIS E SINTOMAS IMPORTANTES:

- Fadiga;
- Alterações de equilíbrio e mobilidade;
- Limitação na execução das atividades de vida diária;
- Alterações cognitivas;
- Alterações mentais e emocionais;
- Queda na produtividade;
- Qualidade de vida afetada.

A reabilitação pós-COVID-19 poderá ser pautada nos aspectos inerentes à pessoa, ao contexto e ao ambiente para a formulação do plano terapêutico. A obtenção dessas informações pode acontecer através da utilização de escalas padronizadas e validadas para serem utilizadas por terapeutas ocupacionais, para mensurar a efetividade da sua atuação, além de, por meio da prática baseada em evidências, comparar a sua intervenção com a de terapeutas de outras regiões ou outros países (De Carlo et al., 2020).

AValiação: A avaliação deve ser centrada nas demandas do paciente. As informações devem ser coletadas de forma sistematizada com informações objetivas, identificando no momento inicial as alterações funcionais, sensorio-motoras, cognitivas, emocionais e sociais que estão afetadas e terão sua progressão acompanhadas.

2. ATUAÇÃO DA TERAPIA OCUPACIONAL

Esta cartilha tem por objetivo apresentar diretrizes e recomendações para a atuação do terapeuta ocupacional nas diferentes alterações e sequelas apresentadas pelos pacientes após a contaminação por COVID-19.

O terapeuta ocupacional deverá ser criterioso ao avaliar e implementar o plano terapêutico, pois é necessário focar não apenas nas limitações que a doença impõe, mas também nas suas relações com a execução das Atividades de Vida Diária (AVDs), Atividades Instrumentais de Vida Diária (AIVDs) e participação social do paciente (De Carlo et al., 2020).

Para fins didáticos separamos as intervenções por alterações funcionais, cognitivas e mentais/emocionais.

2.1 ALTERAÇÕES FUNCIONAIS

Apesar das sequelas pós-COVID-19 surgirem comumente em pacientes que desenvolveram a forma grave, em estudos recentes a prática clínica tem demonstrado que indivíduos que apresentaram a forma moderada da doença e que não necessitaram de hospitalização também podem ter algum grau de comprometimento funcional.

O atendimento do terapeuta ocupacional nos déficits funcionais é focado na ampliação da capacidade funcional residual e na estimulação das habilidades que precisam de reabilitação, resultando em um maior grau possível de autonomia e independência.

De posse das informações obtidas tanto na aplicação de avaliações padronizadas, quanto na observação do desempenho das AVDs e (AIVDs) o terapeuta poderá implementar um plano terapêutico personalizado e focado na superação das necessidades individuais. O terapeuta poderá analisar aspectos funcionais (nível de independência e padrão de execução de atividades), avaliação da sensibilidade (superficial, profunda e cortical), avaliação motora (coordenação motora e força muscular), avaliação do ambiente (identificação de barreiras ou facilitadores) e a avaliação da necessidade de recursos de tecnologia assistiva (De Carlo et al, 2020).

Ações sugeridas:

- Realizar avaliação funcional, identificando as principais atividades da rotina que estão comprometidas e o grau de desempenho ocupacional do paciente;
- Orientar e capacitar os familiares em relação aos cuidados, a mediação de auxílio durante as atividades e acompanhamento dos sinais e sintomas de agravamento do quadro: fadiga, cansaço e sobrecarga respiratória;
- Em caso de fadiga e problemas musculoesqueléticos persistentes utilizar técnica de conservação de energia e simplificação das tarefas para promover a manutenção ou retomada das AVDs;
- Orientar sobre a escolha do ambiente para realização das atividades do cotidiano, em especial banho e alimentação. Caso seja necessário fazer treinamento em relação aos procedimentos e produtos para a higienização em outro ambiente;
- Sinais e sintomas de perda persistente de olfato e paladar, promover a estimulação sensorial;
- Utilizar de tecnologia assistiva para adaptação de utensílios essenciais para manutenção e desempenho das AVD's como talheres, pentes, escova de dentes etc;
- Utilizar de tecnologia assistiva para prescrever, orientar quando o uso de comunicação alternativa e ampliada;
- Prescrever, orientar quando o uso de cadeira de rodas e outros dispositivos auxiliares de locomoção;
- Reestruturação e gerenciamento da rotina com ocupações significativas, que minimizem sintomas de ansiedade, ociosidade e depressão;
- Estimular a execução de todas as atividades visando a manutenção da independência e autonomia nas AVDs, observando o grau de dificuldade e evitando o aumento da fadiga e possível agravamento do quadro;
- Orientar, caso seja possível, a execução das atividades laborais de forma estruturada e segura. Se necessário fazer adaptações.



2.2 ALTERAÇÕES COGNITIVAS

A maioria dos estudos recentes descobriram uma prevalência de anormalidades neurológicas em pacientes com covid-19, incluindo sintomas leves — como dores de cabeça, perda de olfato (anosmia) e sensações de formigamento — e graves — como afasia (incapacidade de falar), AVE e convulsões.

A maioria dos pesquisadores acredita que o efeito neurológico do vírus é um resultado indireto da falta de oxigênio no cérebro ou o subproduto da resposta inflamatória do corpo.

As principais alterações cognitivas ocorrem na memória, atenção e organização temporal/espacial.

Ações sugeridas:

- Realizar avaliação de rastreio cognitivo e funcional, identificando as principais funções cognitivas que estão comprometidas e o grau de desempenho ocupacional do paciente;
- É importante manter o repertório de atividades que já faziam parte do cotidiano da pessoa, a mudança de rotina ou necessidade de novos aprendizados podem agravar as funções cognitivas que já estão afetadas;
- Utilizar de recursos tecnológicos (telefone, televisão, tablet e computador) para manter e estimular a atividade cognitiva e adaptada à capacidade da pessoa;

- Promover a orientação temporal e espacial, fazendo uso de agendas, calendários, fotos etc.;
- Realizar atividades de estimulação que reforcem a capacidade cognitiva residual e estimulem as que apresentem comprometimento;
- Promover reabilitação cognitiva em casos mais graves de sequelas que estejam interferindo de forma grave na participação das atividades.

2.3 ALTERAÇÕES MENTAIS/EMOCIONAIS

Ansiedade, depressão, transtorno do pânico, estresse, confusão e raiva são alguns impactos psicológicos negativos que podem ser provocados pelo adoecimento, quebra abrupta da rotina diária e/ou hospitalização.

Para lidar com todos esses impactos, o terapeuta ocupacional também pode atuar promovendo ganhos emocionais através de atividades que fortaleçam a autoestima, a capacidade de tomada de decisões e aumento da sensação de capacidade produtiva.



Ações sugeridas:

- Estimular o gerenciamento e/ou adaptação das ocupações, para que possa realizar atividades significativas que gerem a sensação de produtividade, pertencimento e aumento da autoestima;
- Estimular a manutenção dos vínculos sociais e familiares, promovendo a participação e integração social, por meio de uso de recursos para comunicação com a família (telefone, vídeo chamada, redes sociais etc.);
- Estimular a realização de atividades que gerem sensação de bem-estar e diminuição do nível de stress, tais como: meditação; treino de respiração, técnicas de relaxamento.

3. BIOSSEGURANÇA

Opte, se possível, por atendimento remoto (teleatendimento). Caso o atendimento presencial seja essencial, siga as medidas e protocolos de prevenção de contágio, fazendo uso de equipa-

mentos de proteção individual (EPIs) de forma adequada. Deve-se, também, cumprir intervalo adequado para limpeza e troca de materiais/recursos entre o atendimento de pacientes.



4. IMPORTANTE

O paciente e seus familiares são partes ativas no processo de reabilitação. O terapeuta ocupacional deve fornecer orientações por meio de cartilhas e/ou relatórios que auxiliem na promoção de educação em saúde. Deve-se também orientar pacientes e familiares sobre como ofertar auxílio no desempenho das atividades de vida diária.

É muito importante que o profissional esteja atento a todos os sinais vitais do paciente. Observe se há ocorrência de queda da saturação e/ou outros sinais de descompensação que surgirem durante os treinos de atividade de vida diária ou outras atividades durante o atendimento.

Nos casos graves da doença, onde há comprometimento cardiovascular e/ou pulmonar, uma avaliação médica deve ser realizada antes de iniciar um programa de reabilitação.

Salientamos que estudos ainda estão sendo realizados sobre a COVID-19. Desta forma, as orientações clínicas e protocolos de atendimento podem ser modificados ao longo do tempo. Com isso, as diretrizes e recomendações presentes nesta cartilha podem ficar em desacordo com informações futuras. Orientamos que acompanhem as políticas nacionais e institucionais, bem como novas publicações de evidências científicas que possam guiar a prática profissional.



Acesse aqui os artigos que subsidiaram a elaboração desta cartilha.

**DIRETRIZES DE REABILITAÇÃO
TERAPÊUTICA
OCUPACIONAL NA
SÍNDROME
PÓS-COVID-19**

Diretoria:

Anderson Coelho

Álida Andrade

Flávia Massa

Hermann Rodrigues

Referências:

1) Robinson, M. R., Koverman, B., Becker, C., Ciancio, K. E., Fisher, G., & Saake, S. (2021). Health Policy Perspectives—Lessons learned from the COVID-19 pandemic: Occupational therapy on the front line. *American Journal of Occupational Therapy*, 75, 7502090010. <https://doi.org/10.5014/ajot.2021.047654>.

Disponível em: <https://ajot.aota.org/article.aspx?articleid=2767116>

2) De-Carlo MMR do P, Gomes-Ferraz CA, Rezende G, Buin L, Moreira DJA, Souza KL de, Sacramento AM, Santos W de A, Mendes PVB, Vendrusculo-Fangel LM. Diretrizes para a assistência da terapia ocupacional na pandemia da COVID-19 e perspectivas pós-pandemia. *Medicina (Ribeirão Preto)* [Internet]. 14 de outubro de 2020 [citado 27 de janeiro de 2021];53(3):332-69.

Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/rmrp/article/view/173471>

3) Rodrigues et al. Inflammasomes are activated in response to SARS-CoV-2 infection and are associated with COVID-19 severity in patients. *J Exp Med* 1 March 2021; 218 (3): e20201707. doi: <https://doi.org/10.1084/jem.20201707>.

Disponível em: <https://www.medrxiv.org/content/10.1101/2020.10.09.20207464v1>

4) Mao L, Jin H, Wang M, et al. Neurologic Manifestations of Hospitalized Patients With Coronavirus Disease 2019 in Wuhan, China. *JAMA Neurol.* 2020;77(6):683–690. doi:10.1001/jamaneurol.2020.1127.

Disponível em: <https://jamanetwork.com/journals/jamaneurology/fullarticle/2764549>



Conselho Regional de Fisioterapia e Terapia Ocupacional da 4ª Região
Rua da Bahia, 1148, sala 816, Centro – 30.160-906 – Belo Horizonte – MG
crefito4.gov.br ▪ **f** **@crefito4** ▪ **TV Crefito-4** ▪ **31 99584-5961**