



ENTENDENDO FISIOTERAPIA E CORONAVÍRUS

Boletim UENP EXPLICA: Fisioterapia e Coronavírus

Ciência e Cultura para todos

Volume 1/Nº12

(23/Setembro de 2020)

ISSN 2675-3235

Reabilitação pós-COVID-19: a fisioterapia

Por Dra. Laís Campos de Oliveira (UENP)

O novo Coronavírus atinge em especial o sistema respiratório, o que não exclui alterações físicas, psicológicas e emocionais que têm sido observadas. Também podem ocorrer distúrbios neurológicos, musculoesquelético, cardíacos e gastrointestinais em sobreviventes de COVID-19. Aqueles pacientes que necessitarem de UTI podem apresentar fraqueza muscular após a alta hospitalar, relacionada principalmente à imobilidade e ao uso de medicações bloqueadoras neuromusculares.

Outras sequelas como contraturas, diminuição mineral óssea, déficit de equilíbrio, lesões cardíacas, prejuízo na função pulmonar, tromboembolismo e infecções secundárias podem surgir e, se não tratadas, futuramente poderão levar a complicações. Atualmente, pesquisas ressaltam a importância

da reabilitação durante todas as fases da COVID-19 (aguda, pós-aguda, e de longo prazo).

A população mais afetada pela pandemia, e que requer mais atenção, é a dos idosos. Eles naturalmente apresentam perdas relacionadas ao processo de envelhecimento como, por exemplo, sarcopenia (fraqueza muscular associada à perda funcional) e osteoporose (perda de massa óssea), que são ainda mais agravadas em razão da infecção, afetando fatores relacionados à independência e à qualidade de vida.

A reabilitação fisioterapêutica possibilita a melhoria desses fatores, pois preconiza: realizar avaliações minuciosas; planejar o tratamento e a reabilitação individual, levando em consideração as principais

complicações. As recomendações voltadas para a reabilitação pós COVID-19 enfatizam a importância de realizar exercícios respiratórios; e de fazer fortalecimento muscular global, o que envolve, entre outros, alongamentos, treinamento de equilíbrio e treino aeróbico, que deve ser realizado por, no mínimo, duas vezes na semana.

A reabilitação por meio dos exercícios contribui também para a melhora emocional e imunológica, prevenindo complicações futuras, sendo fundamental para o retorno integral dos sobreviventes de COVID-19 à comunidade.



UENP ASSOCIADA
FISIOTERAPIA

ESPECIALISTA RESPONDE



Dr. Me. Tiago Del Antonio (UENP)

Qual a extensão da atuação da fisioterapia em tempos de pandemia?

Durante o período de pandemia, o Curso de Fisioterapia da UENP desenvolveu ações na busca por minimizar os efeitos relacionados a ela, atendendo populações de todas as faixas etárias. Para as crianças com patologias de origem ortopédica e pacientes em situação de pós-operatório e tratamento neurológico, foi realizado o procedimento de teleatendimento durante todo o processo de reabilitação. Os idosos, intensamente afetados pelo contexto de isolamento social, foram alcançados pelas redes sociais com vídeos semanais de exercícios funcionais, buscando manter a qualidade de suas atividades cotidianas e diminuir o risco de quedas. Também foi realizada a confecção e distribuição gratuita de máscaras de tecido aqueles mais vulneráveis.

PARA OBTER MAIS INFORMAÇÕES

(43)3511-2600

<https://www.facebook.com/Centro-de-Ci%C3%A0ncia-da-Sa%C3%BAde-CCS-UENP-108283130868963/>



CONHECENDO MAIS...

COVID-19 e fisioterapia

por Me. Wellington Contiero (UENP)

Primeiro, deve-se entender que a COVID-19, infecção viral grave, que pode promover a Síndrome Respiratória Aguda Grave – SARS, do inglês – Severe Acute Respiratory Syndrome, que é uma pneumonia mais agressiva e disseminada no pulmão, levando à redução de força muscular, isto é, dos volumes e capacidades dos pulmões por acúmulo de secreção intra-alveolar. Em alguns, ela pode ser rápida e agressiva, o que denota a gravidade e, nos casos críticos, a morte.

A Fisioterapia Cardiorrespiratória visa exatamente esses pontos no paciente com e pós COVID-19, inicialmente, incidindo sobre a capacidade cardiopulmonar do indivíduo para, assim, início das atividades.

Munido dessas informações, o profissional avalia, por meio de diversos exames e cálculos, um programa de exercícios que têm por objetivo o ganho da função cardiorrespiratória, impactando

positivamente nas atividades da vida diária.

Os exercícios promovem uma melhora do sistema imunológico, a redução da bomba cardíaca, o aumento do débito cardíaco (pré e pós-carga), o aumento da resistência ao estresse e esforço físico pelo coração; promovem, ainda, a limpeza das vias aéreas, a redução do quadro de dispneia, bem como o recrutamento de áreas colapsadas e, portanto, o fortalecimento dos músculos respiratórios, com ganho de volume e capacidade pulmonar, logo, de oxigenação.

O oxigênio ajuda na produção de energia, bem como na redução de microrganismos em conjunto com o sistema imunológico, na produção de espécies reativas de oxigênio como coadjuvante na modulação da resposta imune.

Por conseguinte, a fisioterapia cardiorrespiratória é fundamental para profilaxia e, também, em indivíduos com e pós-COVID-19, pois promove excelentes ganhos estruturais e fisiológicos quanto aos sistemas cardiovascular e respiratório.



editora uenp

atendimento.editora@uenp.edu.br

Corpo Editorial: Anney T. Giordani; Diná T. Brito; Priscila A. B. F. Pires; Raquel Gamero e Thiago A. Valente.