



IMPORTÂNCIA DA REABILITAÇÃO FISIOTERAPÉUTICA, PÓS-ALTA HOSPITALAR, EM PACIENTES QUE ADQUIRIRAM O VÍRUS DO COVID-19.

**NATHÁLIA MOREIRA DE ORNELAS¹; GABRIELI MARTINS CHIBIAQUE²;
MARIANA DE LEMOS BAUERMAN³; SIMONE SILVA⁴**

¹*Discente do curso de Fisioterapia URCAMP – nornelas96@gmail.com*

²*Discente do curso de Fisioterapia URCAMP – gabrielichibiaque@outlook.com*

³*Discente do curso de Fisioterapia URCAMP – marianal_bauerman@hotmail.com*

⁴*Mestre em educação FAE UFPEL – simonesilva@urcamp.edu.br*

1. INTRODUÇÃO

Este trabalho tem como objetivo evidenciar a atuação do fisioterapeuta na reabilitação musculoesquelética pós-alta hospitalar em pacientes infectados pelo Covid-19. O presente trabalho faz parte de um projeto maior onde é abordada a infecção por Covid-19, suas principais sequelas e a importância da atuação do fisioterapeuta nesta área. Com a proposta de conscientizar os pacientes sobre a importância da reabilitação, visando proporcionar a estes, através da fisioterapia, mais funcionalidade e consequentemente, melhor qualidade de vida.

Segundo a OMS, na maioria dos indivíduos, o vírus do Covid-19 gera problemas respiratórios semelhantes à gripe e sintomas como tosse, febre, fadiga. As evidências mostram que indivíduos com comorbidades têm maior probabilidade de infecção e maior risco de complicações e morte. Alguns pacientes são assintomáticos, então grande parte desses pacientes não necessitam de tratamento hospitalar.

Segundo Campos (2020) a insuficiência renal nos pacientes que foram infectados pelo COVID-19 ocorre principalmente pelo aumento de creatinina sérica e redução da taxa de filtração glomerular. No que se refere às alterações mentais, o risco de desenvolver alterações psicológicas pode passar de 60% e inclui sintomas como ansiedade, depressão e estresse pós-traumático.

Dentre os vários profissionais envolvidos na recuperação física do paciente com COVID-19, destaca-se a atuação do fisioterapeuta que atua na prevenção e reabilitação de deficiências respiratórias e nas limitações funcionais da atividade de vida diária por ela ocasionadas. As intervenções fisioterapêuticas devem focar nas dificuldades de realização de AVD's e funcionalidade (PEREIRA et al., 2021).



De acordo com Campos (2020) em relação às alterações físicas, a fraqueza neuromuscular adquirida na UTI é a forma mais comum deste comprometimento, ocorrendo em mais de 25% dos sobreviventes da UTI, com mobilidade reduzida, quedas recorrentes ou tetraparesia.

2. METODOLOGIA

O Hospital Universitário da URCAMP que se situa no município de Bagé/RS foi o local da demanda e destino deste projeto.

Inicialmente foram realizadas pesquisas bibliográficas nas bases de dados como *Scielo*, *MedLine* e também em sites como *Google Acadêmico*, *Ministério da Saúde*, *PubMed*, sobre artigos que auxiliassem na elaboração da base teórica, de forma a associar e beneficiar principalmente os pacientes que foram infectados pelo Covid-19.

A fundamentação teórica, que orientou a investigação, resultou em um banner produzido no programa Canva (plataforma de design gráfico) com ícones do próprio programa, assim como de artigos já citados no projeto. Após a exposição do banner foi realizada uma pesquisa de satisfação através do Google Forms em relação ao mesmo, que foi enviada aos alunos da fisioterapia em estágio e os demais profissionais relacionados à ala de reabilitação pós Covid do Hospital Universitário.

Além disso, houve a criação de um vídeo demonstrando a importância da fisioterapia na reabilitação musculoesquelética além de apontar os principais benefícios que esta traz ao paciente, o mesmo foi divulgado através do QR CODE contido no banner e em publicação nas redes sociais dos integrantes do grupo. O produto tem o intuito de melhorar o acesso à informação, estando ao alcance de todos.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

O banner acadêmico, que se inicia com 2 Tópicos indicando o propósito dos exercícios que seriam mostrados abaixo, com os temas “Aumente a capacidade do seu pulmão” e “Exercícios para pacientes pós alta hospitalar”.

Figura 1: Banner com orientações voltadas para a reabilitação dos pacientes

Aumente a Capacidade do seu Pulmão

Você sabia que a fisioterapia pode te ajudar a aumentar suas capacidades e proteger contra a COVID-19?
Respirar bem promove bem-estar. O exercício físico é fundamental para o bem-estar emocional e físico de todos, trabalha a concentração e trabalha a memória. São muitos benefícios!

Observe sua Respiração

Fique em pé, com os braços na altura das axilas, relaxe os músculos, pare, relaxe mais que se sente confortável, respire profundamente 2 respirações.

Inspire profundamente

Pode ser o relaxamento muscular e respiratório ou o relaxamento muscular e respiratório. Assim como exercícios de respiração profunda, respiração diafragmática.

Inspire e sustente

Fique em pé, relaxe os músculos, inspire profundamente. Assim como exercícios de respiração diafragmática.

Associe sua respiração a um exercício

• **Braços:** Pode-se associar as braços, depois inspirar e o relaxamento dos braços.



Alunos: Mariana Bauerman, Nathalia Ornelas e Gabriell Chibieque.
 Professor: Simone Silva.
 Mentes: Mateus Fernandes Balloja.

Exercícios para Pacientes pós alta Hospitalar

É recomendado que cada exercício seja feito em duas séries com 10 repetições
***Pessoas com problemas respiratórios precisam de acompanhamento fisioterapêutico**
***A prática dos exercícios não previne a contaminação.**

• Apertamento

Há hora de descer o tronco para o lado, quando tudo estiver pronto.

• Passeio

Só é necessário a parte traseira do pé apoiada no chão.

• Pular

Lembre-se das pares em 100% a pausa e os dedos devem se juntar ao finalizar o exercício com a outra parada.

• Sentado

Na hora de descer o tronco, é só relaxar a abdominal e outras partes.

• Dançando

Seu pé permanece no chão, relaxe a musculatura lateral da coxa e o tronco para que o movimento seja mais suave e a respiração mais fluida.

• Dançando

Seu pé permanece no chão, relaxe a musculatura lateral da coxa e o tronco para que o movimento seja mais suave e a respiração mais fluida.

• Dançando

Seu pé permanece no chão, relaxe a musculatura lateral da coxa e o tronco para que o movimento seja mais suave e a respiração mais fluida.

• Dançando

Seu pé permanece no chão, relaxe a musculatura lateral da coxa e o tronco para que o movimento seja mais suave e a respiração mais fluida.

Fonte: Autoras, 2021

Juntamente com o banner, foi elaborado um vídeo de curta duração explicando a importância da reabilitação muscular após a alta hospitalar em pacientes que desenvolveram a infecção pelo coronavírus. O vídeo pode ser acessado através do QR CODE inserido no banner.

Figura 2: QR CODE de acesso para o vídeo



Fonte: Autoras, 2021

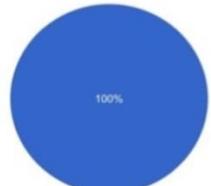
Após a entrega dos produtos, criou-se um questionário para avaliar a opinião e a satisfação dos estagiários e profissionais do Hospital Universitário. Este questionário conta com quatro perguntas, sendo três objetivas e uma pergunta descritiva.

Figura 3: Perguntas e respostas do formulário

Você considera as informações contidas no banner coerentes e de fato, importantes?

15 respostas

● Sim
● Não



Você acha importante a exposição de um banner para a conscientização da importância da fisioterapia pós alta em pacientes que foram infectados por COVID-19?

15 respostas

● Sim
● Não

100%

Você acredita que esse banner pode servir de apoio para os próprios profissionais no desenvolvimento das atividades de reabilitação?

15 respostas

● Sim
● Não

100%



Fonte: Autoras, 2021

4. CONCLUSÕES

Com base na construção deste projeto foi possível perceber a importância dos profissionais da fisioterapia durante e após a alta hospitalar em pacientes com covid-19, visto que este vírus pode deixar os pacientes com muitas sequelas, adquiridas tanto pela doença como também pela permanência prolongada na UTI com uso de aparelhos.

A partir da pesquisa de satisfação também foi possível compreender a relevância do auxílio em forma de orientação (banner) aos estagiários do curso de Fisioterapia da Urcamp, assim como os profissionais que atendem no Hospital Universitário para que esses tenham como apoio no atendimento esses materiais didáticos, facilitando o atendimento e reforçando a importância da fisioterapia em todo o processo da doença, auxiliando na recuperação dos pacientes e consequentemente na qualidade de vida dos mesmos.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

CAMPOS, Mônica Rodrigues et al. Carga de doença da COVID-19 e de suas complicações agudas e crônicas: reflexões sobre a mensuração (DALY) e perspectivas no Sistema Único de Saúde. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 36, p. e00148920, 2020 Disponível em:

<https://www.scielosp.org/article/csp/2020.v36n11/e00148920/>. Acesso em: 25/03/2021.

PEREIRA, Érica Rezende et al. Importância da fisioterapia frente a pandemia provocada pelo novo Coronavírus. **Brazilian Journal of Development**, v. 7, n. 1, p. 9020-9030, 2021. Disponível em:

<https://www.brazilianjournals.com/index.php/BRJD/article/view/23645/19232>.

Acesso em: 23/03/2021