

## **Protocolo de reabilitação cardiorrespiratória no paciente pós-covid: relato de experiência**

## **Protocol of cardiorespiratory rehabilitation in the post-covid patient: experience report**

DOI:10.34119/bjhrv4n1-092

Recebimento dos originais: 20/11/2020

Aceitação para publicação: 12/01/2021

### **Emily Macedo Mainardi**

Graduanda de Fisioterapia pelo Centro Universitário do Estado do Pará (CESUPA)

Instituição de atuação atual: Centro Universitário do Estado do Pará (CESUPA)

Endereço: Rua Cabedelo, 84, Edifício Meridiano, 601, Belém/PA

E-mail: emilymainardi@hotmail.com

### **Ana Caroline Carneiro Lima**

Graduanda de Fisioterapia pelo Centro Universitário do Estado do Pará (CESUPA)

Instituição de atuação atual: Centro Universitário do Estado do Pará (CESUPA)

Endereço: Nove de janeiro 837 apto. 101, Belém/PA

E-mail: ana\_carol10@hotmail.com.br

### **Carolina Veiga Pereira**

Graduanda em fisioterapia pelo Centro Universitário do Estado do Pará

Instituição de atuação atual: Centro Universitário do Estado do Pará

Endereço: Rua J, nº 38, Conjunto Mendara I, Marambaia, Belém/PA

E-mail: veigacarolina2000@gmail.com

### **Maíra Chaves De Viveiros**

Graduanda em fisioterapia pelo Centro Universitário do Estado do Pará (CESUPA)

Instituição de atuação atual: Centro Universitário do Estado do Pará (CESUPA)

Endereço: TV. Curuzu, 1872, apto 110, Belém/PA

E-mail: mairaviveiros@gmail.com

### **Paola Katherine Esteves da Silva**

Mestre em Saúde da Amazônia

Instituição de atuação atual: Centro Universitário do Estado do Pará e Hospital

Metropolitano de Urgência e Emergência

Endereço: Condomínio Lion Ville, 257, Belém/PA

E-mail: paolaestevessilva@yahoo.com.br

### **Sidney de Assis da Serra Braga**

Mestre em Biologia de Agentes Infecciosos e Parasitários pela Universidade Federal do  
Pará

Instituição de atuação atual: Centro Universitário do Estado do Pará

Endereço completo: Centro Universitário do Estado do Pará, Avenida Governador José

Malcher, Nº 1963, Nazaré, Belém/PA

E-mail: sidneyserrabraga@gmail.com

## **1 INTRODUÇÃO**

A COVID-19 é uma doença infectocontagiosa, causada pelo vírus SARS-CoV-2, caracterizada por grandes inflamações do sistema respiratório. Os pacientes graves podem desenvolver síndromes pós cuidados intensivos, e os não graves, limitações musculoesquelética e redução da capacidade cardiorrespiratória. No período agudizado da fase inflamatória, podem ocorrer injúrias cardíacas, principalmente miocardite e/ou pericardite. A fisioterapia atua desde os cuidados hospitalares, como nas sequelas, com a reabilitação cardiopulmonar e musculoesquelética dos pacientes acometidos pela doença.

## **2 OBJETIVO**

Descrever um protocolo de reabilitação cardiorrespiratória no paciente com sequelas de COVID-19.

## **3 METODOLOGIA**

Trata-se de um relato de experiência, realizado na Clínica Escola de Fisioterapia do Centro Universitário do Estado do Pará, no mês de junho, com um paciente do sexo masculino acometido pela COVID-19. O protocolo proposto consistiu na avaliação e tratamento fisioterapêutico cardiorrespiratório com o total de 15 sessões, durante 5 semanas, com 50 minutos de atendimento.

## **4 RELATO DE EXPERIÊNCIA**

Durante a avaliação, as queixas principais eram o cansaço e a diminuição da SPo2 ao realizar as atividades de vida diária (AVD's), como pegar um objeto no chão, subir escadas e correr. O objetivo fisioterapêutico era proporcionar o retorno as AVD's. O tratamento, na 1º e 2º sessão, consistiu em exercícios de incursão respiratória simples. A partir da 3º sessão foi iniciado exercícios respiratórios fracionados, exercícios sustentados, respiração diafragmática, suspiros respiratórios, expiração forçada e respiração com freio labial, com isometria de membros superiores (MMSS) em sedestação. Na 4º sessão, iniciou-se exercícios respiratórios com movimentos ativos de MMSS e isometria de membros inferiores (MMII) em sedestação e bipedestação. Com a 5º e 6º sessão, iniciou-se exercícios na bicicleta, esteira e caminhada de baixa intensidade associado a exercícios respiratórios e de MMSS. Do 7º ao 15º atendimento foi realizado exercícios respiratórios associados a treino de força e condicionamento como correr, subir e descer escadas, polichinelo, corrida estacionária, agachamento, abdominal e exercícios

com aumento de peso para MMSS e MMII. Paciente no decorrer das sessões conseguiu manter a Spo2 maior que 96% antes, durante e após os exercícios.

## **5 CONCLUSÃO**

A COVID-19 é uma doença infectocontagiosa, podendo evoluir com alterações no sistema cardiorrespiratório, necessitando da reabilitação fisioterapêutica. Através do tratamento com exercícios respiratórios diversos, associado aos MMSS e MMII e outros. Ao final, teve-se melhora significativa do cansaço e da SPo2, não apresentando mais desconfortos respiratórios. Portanto, a fisioterapia tem papel importante na evolução e após a doença.

**Palavras-Chave:** COVID-19, Exercício de Reabilitação, Fisioterapia.

## REFERÊNCIAS

NETO, J. A. F. et al. Doença de Coronavírus-19 e o Miocárdio. **Arq. Bras. Cardiol.**, São Paulo, v. 114, n. 6, p. 1051-1057, Jun, 2020. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0066-782X2020000701051&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0066-782X2020000701051&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em 27 Ago. 2020.

SILVA, R. M. V.; SOUSA, A. V. C.. Fase crônica da COVID-19: desafios do fisioterapeuta diante das disfunções musculoesqueléticas. **Fisioter. Mov.**, Curitiba, v. 33, 2020. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103-51502020000100101&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-51502020000100101&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em 27 Ago. 2020.