



Evento: XXI Jornada de Extensão

EFEITOS DA TELEREABILITAÇÃO CARDIORRESPIRATÓRIA NA MELHORA DA FUNCIONALIDADE DE PACIENTES PÓS COVID-19

EFFECTS OF TELERESPIRATORY REHABILITATION ON IMPROVING THE FUNCTIONALITY OF PATIENTS AFTER COVID-19

Tiane Luana Diettrich², Gabriela Petry³, Gabriela Garcez Breunig⁴ Eliane Roseli Winkelmann⁵

¹Pesquisa Institucional desenvolvida pelo Grupo de Pesquisa Atenção em Saúde - GPAS da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul- UNIJUI

²Acadêmica de Fisioterapia - UNIJUI. Integrante do grupo de pesquisa GPAS. Email: tiane.diettrich@sou.unijui.edu.br

³Acadêmica de Fisioterapia - UNIJUI. Integrante do grupo de pesquisa GPAS. Email: gabriela.petry@sou.unijui.edu.br

⁴Fisioterapeuta e mestranda do programa de Atenção Integral à Saúde. Integrante do grupo de pesquisa GPAS. Email: gabriela.breunig@sou.unijui.edu.br

⁵Fisioterapeuta, Doutora em Ciências Cardiovasculares (UFRGS), Docente da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul - UNIJUI e Programa Stricto Sensu Mestrado em Atenção Integral à Saúde UNICRUZ/UNIJUI; Líder do Grupo de Pesquisa Atenção em Saúde- GPAS.Ijuí, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: eliane@unijui.edu.br

RESUMO

Introdução: A COVID-19 pode gerar várias sequelas, dentre elas um grande comprometimento funcional impossibilitando a realização de atividades simples do dia-a-dia. A reabilitação cardiorrespiratória é fundamental para melhorar a capacidade funcional do paciente, sendo a telereabilitação um recurso que ameniza as dificuldades e reduz os riscos, com a supervisão de um fisioterapeuta. **Métodos:** realizou-se uma entrevista com três pacientes do sexo feminino que estavam realizando a telereabilitação no período do estudo com exercícios do protocolo leve. **Resultados:** As três pacientes entrevistadas relataram boa experiência com a telereabilitação, percebendo melhora na funcionalidade, realizando atividades normalmente e até mesmo novas atividades. **Discussão:** A reabilitação é fundamental para melhorar o comprometimento funcional, diminuindo o risco de incapacidades. **Conclusão:** A telereabilitação cardiorrespiratória tem efeito benéfico na melhora do prognóstico do paciente, devolvendo a funcionalidade para a realização das atividades.

Palavras-chave: Fisioterapia. Funcionalidade. Pandemia COVID-19.

INTRODUÇÃO

A pandemia de COVID-19, doença causada pelo vírus conhecido como SARS-CoV-2, tem gerado um cenário complexo para a saúde mundial, com diferentes tipos



de complicações e graus de comprometimento funcional em milhões de indivíduos que se recuperam da doença (SANTANA,2021).

O comprometimento funcional pós-COVID-19 pode prejudicar a capacidade de realizar atividades de vida diária e a funcionalidade, alterar o desempenho profissional e dificultar a interação social. Ainda, os indivíduos podem se tornar mais sedentários, aumentando o risco de comorbidades (SANTANA,2021). Além da doença em si, a hospitalização prolongada (com ou sem o uso de ventilação mecânica) pode levar a efeitos deletérios, como alterações pulmonares, cardiovasculares, musculares e cognitivas, além de ansiedade e depressão (SANTANA,2021).

Os sintomas pós-Covid-19 mais frequentes são tosse, febre baixa e fadiga, mas podem incluir também dispneia, dor torácica, dor de cabeça, dificuldades neurocognitivas e tromboembolismo. Muitos pacientes podem recuperar-se nas primeiras seis semanas espontaneamente ou com suporte mínimo, preferencialmente remoto, enquanto aqueles com a forma mais grave da doença e necessidade de internação prolongada têm indicação de realizar reabilitação pulmonar de forma gradual e individualizada, uma vez que o protocolo ideal para esses pacientes ainda não é totalmente conhecido. (GASTALDI, 2021).

Como em muitas outras doenças críticas, pacientes pós-Covid-19 podem apresentar dispneia e fadiga em repouso e durante atividades de vida diária (AVD), disfunção muscular periférica e intolerância ao exercício, além de aumento no risco de desordem pós-traumática, ansiedade e depressão. Os dados disponíveis mostram que as sequelas atingem também aqueles que não tiveram a doença em sua forma severa, com restrição de volumes pulmonares, comprometimento da resistência e da difusão, além de diminuição na distância percorrida no teste de caminhada de seis minutos. (GASTALDI, 2021).

Para melhorar a evolução e conseqüentemente o prognóstico desses pacientes, recomenda-se também a reabilitação após a alta, considerando que o treinamento físico é viável e útil para sobreviventes de doenças críticas. Como ainda não há evidências na literatura sobre um treinamento físico específico para pacientes pós-COVID-19, recomenda-se a prescrição de exercícios de baixa a moderada intensidade, priorizando a segurança. No programa de reabilitação deve-se também considerar as necessidades e o comprometimento funcional de cada indivíduo (SANTANA,2021).



Considerando que o SARS-CoV-2 segue com alta taxa de contágio, o distanciamento social ainda tem sido fortemente recomendado. Isso praticamente inviabiliza a realização de reabilitação ambulatorial tradicional em grupos e indica a necessidade de que programas de reabilitação (incluindo treinamento físico) sejam adaptados ao domicílio (SANTANA,2021).

Na tentativa de amenizar a dificuldade no processo de reabilitação dos pacientes pós-COVID-19 e diminuir riscos, maior atenção tem sido dada à telereabilitação. A telereabilitação se utiliza de recursos de telecomunicação para oferecer reabilitação remotamente, em tempo real ou não, trazendo benefícios similares à reabilitação com supervisão presencial e minimizando barreiras de distância, tempo, custos e riscos. No Brasil, o Conselho Federal de Fisioterapia e Terapia Ocupacional, por meio da resolução nº 516 de 20 de março de 2020, autoriza os serviços de teleconsulta, teleconsultoria e telemonitoramento já corroboradas pela Organização Mundial de Saúde (SANTANA,2021).

Portanto, o objetivo deste estudo é analisar se a telereabilitação cardiorrespiratória apresenta resultados na melhora da funcionalidade de pacientes pós Covid-19.

METODOLOGIA

Este estudo se caracteriza como um relato de experiência das atividades de teleatendimento realizadas no projeto de reabilitação pós COVID-19 aprovado pelo comitê de ética em pesquisa (CAAE:38960620.3.0000.5350). Para iniciar o programa de reabilitação, os pacientes devem passar por uma avaliação inicial realizada presencialmente, e após são direcionados a um programa de reabilitação online (telereabilitação/teleatendimento) constituídos de três protocolos diferentes que contemplam a fisioterapia respiratória e motora realizados durante oito semanas, com dois atendimentos semanais. Os protocolos se diferenciam quanto ao nível de intensidade dos exercícios, sendo eles de baixa, média e alta intensidade, respeitando a individualidade de cada paciente.

No presente estudo realizou-se uma entrevista com três pacientes do sexo feminino que estavam realizando a telereabilitação no período do estudo com exercícios do protocolo leve. Durante os atendimentos, surgiu o interesse em saber como os exercícios estão ajudando na melhora da funcionalidade desses pacientes, que por estar no protocolo leve tiveram maior acometimento da funcionalidade, respiração e/ou resistência.



Os critérios de inclusão foram: estar realizando a telereabilitação no período da pesquisa e estar realizando exercícios do protocolo leve. E os critérios de exclusão foram: não ter iniciado o programa de telereabilitação, ter recebido alta do projeto ou estar realizando exercícios de outro protocolo.

Para isso, elaborou-se um questionário, com perguntas de resposta aberta, as quais foram respondidas via chamada de vídeo pelo WhatsApp. As perguntas realizadas foram: 1- Como está sendo sua experiência com o teleatendimento?; 2- Percebeu a melhora de algum sintoma durante os atendimentos? Qual?; 3- Tem alguma dificuldade para realizar os teleatendimentos?; 4- O que está achando dos exercícios realizados?; 5- Desde que começou a executar os exercícios consegue realizar atividades do dia-a-dia que antes não realizava?; 6- Tem alguma atividade que realizava antes de ser infectado pela COVID-19 e que ainda não voltou a realizar?; 7- Ainda necessita de ajuda para realizar alguma atividade? Qual?; 8- O quanto a falta de ar e o cansaço físico a impedem de realizar alguma atividade do dia-a-dia?; 9- O que espera conseguir realizar até o final dos teleatendimentos?; 10- Tem alguma sugestão do que possa ser melhorado nos teleatendimentos?. As respostas foram transcritas para um documento word, conforme o paciente ia relatando.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Entre as pacientes entrevistadas, as três relatam que a experiência está sendo boa, que é bom não precisar deslocar-se até a clínica pois dependiam de outras pessoas para ir até lá, bem como não apresentavam queixa dos exercícios. Quanto às atividades que conseguiram voltar a realizar, todas as pacientes relatam tarefas domésticas e caminhada. Relacionado a atividades que ainda não voltaram a realizar, a paciente 1 relata ainda não voltar para casa pois tem muitas escadas, a paciente 2 não conseguiu realizar caminhada no active, logo, a paciente 3 ainda não voltou a sair sozinha de casa.

As pacientes não necessitam de ajuda para a realização de nenhuma atividade de vida diária, porém, quando questionadas sobre o quanto a falta de ar e a fraqueza as impedem de realizar alguma atividade a paciente 1 relata que a impedem de correr, a paciente 2 relata que no momento não a impedem de nada e a paciente 3 relata que a impedem de sair de casa. Até o final dos atendimentos, as pacientes esperam voltar a realizar todas as atividades normalmente, a paciente 1 quer voltar a dirigir, a paciente 2 quer conseguir caminhar no



aclive e a paciente 3 deseja voltar a sair sozinha. Todas as pacientes elogiam a equipe do projeto e não apresentam sugestões.

A reabilitação é um componente-chave da recuperação logo após doenças e maiores intervenções de saúde. Determinada a gravidade da disfunção observada nos pacientes com covid-19, a reabilitação é fundamental para melhorar o funcionamento físico e cognitivo e diminuir o risco de incapacidade e morbidade. O fisioterapeuta é um dos profissionais considerados de extrema importância no manejo desses pacientes (SILVA, 2021).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

As sequelas deixadas pela devastadora doença Covid-19 podem ser as mais variadas e em diferentes graus de gravidade. O comprometimento funcional é uma seqüela muito comum entre os pacientes, prejudicando a realização de atividades simples do dia-a-dia. A telereabilitação cardiorrespiratória tem efeito benéfico na melhora do prognóstico do paciente, devolvendo a funcionalidade para a realização das atividades. No cenário em que estamos vivendo, a telereabilitação se torna um recurso de maior segurança e comodidade para os pacientes.

As pacientes entrevistadas neste estudo, tem uma boa experiência com a telereabilitação e perceberam melhora na funcionalidade, conseguindo realizar atividades que realizavam antes da Covid-19 e até mesmo novas atividades. Portanto, a telereabilitação tem grande eficácia na melhora das sequelas da Covid-19.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

GASTALDI, Ada Clarice. Fisioterapia e os desafios da Covid-19. 2021.

SANTANA, André Vinícius; FONTANA, Andrea Daiane; PITTA, Fabio. Reabilitação pulmonar pós-COVID-19. 2021.

SILVA, Lidia Cristina Oliveira; PINA, Thaís Anjos; JACÓ, Leina Souza Ormond. FISIOTERAPIA E FUNCIONALIDADE EM PACIENTES PÓS COVID19: REVISÃO DE LITERATURA. **HÍGIA-REVISTA DE CIÊNCIAS DA SAÚDE E SOCIAIS APLICADAS DO OESTE BAIANO**, v. 6, n. 1, 2021.