

REABILITAÇÃO PULMONAR NA SAÚDE E NA QUALIDADE DE VIDA DA PESSOA IDOSA COM DOENÇA RESPIRATÓRIA

Dária Rairana Rodrigues Nascimento

Iniciante Científico- Fisioterapia

ana.silva25@aluno.unifametro.edu.br

Sarah Bezerra Barbosa

Iniciante Científico- Fisioterapia

sarah.barbosa01@aluno.unifametro.edu.br

Davi Almeida Viana

Iniciante Científico- Fisioterapia

davi.viana01@aluno.unifametro.edu.br

Mariana Saraiva Arruda

Iniciante Científico- Fisioterapia

mariana.arruda@aluno.unifametro.edu.br

Ana Beatriz Lima dos Santos

Iniciante Científico- Fisioterapia

ana.santos12@aluno.unifametro.edu.br

Thais Teles Veras Nunes

Orientadora- Fisioterapia

thais.nunes@professor.unifametro.edu.br

Área Temática: Promoção, Prevenção e Reabilitação em Fisioterapia

Área de Conhecimento: Ciências da Saúde

Modalidade: Iniciação Científica

RESUMO

Introdução: Doenças respiratórias são descritas como um dos principais desafios de saúde pública no Brasil e no mundo, principalmente as patologias que acometem a pessoa idosa. Entre as doenças mais prevalentes, pode-se apontar a Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica (DPOC), pneumonia, câncer de pulmão e COVID-19, as quais afetam, principalmente, populações a partir dos 60 anos. Tais doenças respiratórias são responsáveis por gerar significativo impacto funcional no cotidiano da pessoa idosa, uma vez que afeta não apenas a capacidade respiratória, mas também a funcionalidade em atividades de vida diárias (AVDs), a qualidade de vida e a interação social. Dessa forma, devido as limitações físicas que a população idosa apresenta decorrentes dos sintomas de patologias respiratórias, faz-se necessário cuidados frequentes através de tratamento com Fisioterapia especializada, criação de estratégias de promoção e prevenção em saúde, além de acompanhamento com assistência multidisciplinar. **Objetivo:**



Investigar a eficácia de programas de reabilitação pulmonar na saúde e qualidade de vida da pessoa idosa com diagnóstico de doença respiratória. **Metodologia:** Trata-se de um estudo, do tipo revisão de literatura, realizado nos meses de abril e maio de 2025, o qual utilizou-se dos descritores "doença respiratória", "pessoa idosa" e "prevalência", indexados na plataforma DECs, pesquisados em inglês e português nas bases de dados PubMed e Biblioteca Virtual da Saúde, respectivamente. Foram encontrados 37 estudos, com 31 excluídos por não abordarem o tema proposto dessa revisão e por não atenderem aos critérios de inclusão como publicação nos últimos 5 anos e serem estudos de intervenção, totalizando o final de 6 artigos incluídos. **Resultados parciais e Discussão:** Os estudos apresentaram protocolos que incluem treinamento de força, realizado em domicílio em pacientes com DPOC comparando-se o tratamento usual com uma intervenção, denominada de HOMEX, na qual utilizaram uma cadeira e faixas de resistência em exercícios para membros inferiores, superiores e tronco durante 6 dias por semana em média de 20 minutos, por 12 meses, apresentando uma melhora na capacidade funcional através da avaliação do Teste de Sentar e Levantar de 1 minuto. Em um segundo estudo, a reabilitação pulmonar domiciliar foi estudada em pacientes com síndrome pós-COVID-19, que queixaram-se de fadiga, dispneia e intolerância ao exercício, receberam o protocolo de intervenção que incluiu caminhada regular de 30 a 60 minutos, 5 dias por semana, em ritmo normal durante 3 meses, treinamento muscular respiratório (fortalecimento diafragmático) por 10 a 15 minutos, duas vezes ao dia, de forma diária, durante 3 meses e treinamento resistido com 3 séries de 10 repetições, duas vezes ao dia, de 5 a 7 dias por semana, apresentando melhora no escore de grau de dispneia. Um outro estudo apresentou o protocolo para avaliação da força muscular respiratória em admissão e em domicílio, onde os pacientes deveriam seguir com os exercícios pulmonares 15 minutos, 3 vezes na semana com monitorização por telefonemas semanais e ao final do programa mostrou que houve melhora dos sintomas relacionados à força muscular respiratória. Um estudo sobre a adesão na reabilitação pulmonar precoce após internações por exacerbações da DPOC, realizou um programa ambulatorial ao longo de 7 semanas, sessões de 1 hora e 30 minutos 2 vezes por semana e sessões de educação em saúde multidisciplinar por 1 hora semanalmente, incluindo a supervisão de um fisioterapeuta com o treinamento de resistência e endurance em intensidade de moderada a alta e mostrou que iniciar a reabilitação pulmonar precocemente, logo após a alta hospitalar por uma exacerbação da DPOC, relaciona-se à diminuição do risco de nova internação e à melhora da capacidade física dos pacientes. No estudo com pacientes internados com pneumonia adquirida na comunidade buscou investigar o efeito do tratamento padrão combinado com ciclismo supervisionado no leito em 25 minutos de exercício contínuo e supervisionado em ciclo-ergômetro ou, exercícios do livreto que combina exercícios simples de resistência, apoio do peso corporal e caminhada para melhorar equilíbrio, força e resistência física sobre os riscos de tempo de internação, e readmissão. Este estudo mostrou para pacientes idosos, que a prática de exercícios durante a internação ajuda a compensar os efeitos negativos do repouso prolongado no leito sobre a força muscular e a função física e mostrou potencial para diminuir o risco e a duração das readmissões. No estudo com pacientes após ressecção pulmonar a partir de um programa domiciliar de exercícios e autogestão de três meses, conduzido remotamente por fisioterapeutas mostrou que o foco em estratégias de mudança de comportamento na intervenção pode ter efeito de longo prazo na função física e na capacidade de exercício observado além da conclusão do programa, onde a intervenção pode ter capacitado os pacientes a manter um estilo de vida fisicamente ativo por meio da autoeficácia e da formação de hábitos. Esses achados reforçam nossos conhecimentos sobre os benefícios da reabilitação iniciada logo após uma exacerbação e destacam a importância de aumentar a adesão a esse tipo de programa. **Considerações finais:** Foi possível observar a eficácia de diferentes



programas e estratégias de reabilitação pulmonar em pacientes idosos com doenças respiratórias, como DPOC, Pneumonia, câncer de pulmão e pós covid-19. Os estudos demonstraram, também, impacto positivo na capacidade funcional, força muscular respiratória, melhora da capacidade e autoeficácia de exercícios, e qualidade de vida, embora nem todos tenham demonstrado melhora significativa dos sintomas clínicos como dispneia e fadiga. Além disso, as intervenções de suporte online e de educação em saúde mostraram-se seguros e com boa adesão, favorecendo a continuidade do trabalho além do ambiente hospitalar. Portanto, as evidências reforçam a importância de programas de reabilitação de doenças respiratórias na saúde da pessoa idosa, porém ainda são necessários estudos mais aprofundados e assertivos para a consolidação dos métodos.

Palavras-chave: Reabilitação. Doenças Respiratórias. Saúde do idoso.

Referências:

CAMILLA, Koch Ryrso et al. Effect of Exercise Training on Prognosis in Community-acquired Pneumonia: A Randomized Controlled Trial. **Clinical Infectious Diseases**, Vol. 78, ed. 6, p. 1718-1726, 15 de jun 2024.

ELYAZED, T.I.A., ALSHARAWY, L.A., Salem, S.E. *et al.* Effect of home-based pulmonary rehabilitation on exercise capacity in post COVID-19 patients: a randomized controlled trail. **J NeuroEngineering Rehabil**, 21, 40 (2024)

FREI, Anja et al. Effectiveness of a Long-term Home-Based Exercise Training Program in Patients With COPD After Pulmonary Rehabilitation. A Multicenter Randomized Controlled Trial. **Chest Journal**, Vol. 162, ed. 6, p1277-1286. Dez de 2022.

GRANGER, CL, EDBROOKE L, ANTIPPA P, et al. Home-Based Exercise and Self-Management After Lung Cancer Resection: A Randomized Clinical Trial. **JAMA Netw Open**. 2024; vol. 7(12):e2447325.

YU-LIN, Andrea Ban et al. Benefits of early pulmonary rehabilitation with incentive spirometry in patients with chronic obstructive pulmonary disease and chronic obstructive pulmonary disease exacerbation. **Med J Malaysia**, vol 79, 5 de set de 2024.

KJÆRGAARD J, JUHL CB, LANGE P, et al. Adherence to early pulmonary rehabilitation after COPD exacerbation and risk of hospital readmission: a secondary analysis of the COPD-EXA-REHAB study. **BMJ Open Res**, 2020

