

## ATUAÇÃO DO FISIOTERAPEUTA NO TRATAMENTO DE PACIENTES COM DISTÚRBIOS RESPIRATÓRIO DO SONO

Acaciara Maria Silva Alves<sup>1</sup>

Ana Clara Sousa da Silva<sup>1</sup>

Sabrynnna Maria Aguiar Carvalho da Silva<sup>1</sup>

Poliana Rocha Castelo Branco Cavalcante<sup>1</sup>

Maria das Graças Silva Soares<sup>2</sup>

### RESUMO

**Introdução:** Os distúrbios respiratórios do sono, como a apneia obstrutiva do sono (AOS), representam um importante problema de saúde pública, afetando significativamente a qualidade de vida e o bem-estar dos indivíduos. **Objetivos:** Identificar a atuação da fisioterapia diante dos principais transtornos do sono em pacientes. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão bibliográfica que foi construída a partir de cinco etapas: busca na literatura; classificação dos estudos; avaliação dos estudos para inclusão na revisão; interpretação dos resultados e apresentação da revisão. Encontrou-se no total 16 artigos, sendo na Pubmed, no Scielo, no, resultantes da pesquisa com os descritores. Destes apenas 5 correspondiam aos critérios de inclusão. Após a leitura completa dos artigos, 11 foram excluídos por não validarem os objetivos desta pesquisa. **Resultado e discussão:** Os estudos apontaram que a fisioterapia pode ter intervenções e tratamento no manejo dos distúrbios apresentado na respiração no sono , como Estratégias como exercícios orofaríngeos, reeducação respiratória, uso de CPAP/BiPAP e orientações sobre postura e higiene do sono mostraram benefícios na adesão ao tratamento, redução de sintomas **Conclusão:** A fisioterapia se mostra eficiente no manejo da apneia do sono, ao auxiliar nos casos dos múltiplos sintomas e complicações associados a essa condição, oferecendo uma melhor qualidade de vida aos indivíduos acometidos por esse problema.

**Palavra-Chave:** Síndrome da apneia obstrutiva do Sono; distúrbio respiratório do sono; fisioterapeuta.

**TEMA: CIÊNCIA, DESINFORMAÇÃO E CULTURA DIGITAL**

<sup>1</sup>Graduanda em Fisioterapia – Christus Faculdade do Piauí.

<sup>2</sup><sup>2</sup> Graduanda em Fisioterapia – Christus Faculdade do Piauí.

<sup>3</sup><sup>3</sup> Graduanda em Fisioterapia – Christus Faculdade do Piauí.

<sup>4</sup> Graduanda em Fisioterapia – Christus Faculdade do Piauí

<sup>2</sup> Docente de Fisioterapia – Christus Faculdade do Piauí

## 1 INTRODUÇÃO

Os distúrbios respiratórios do sono, como a apneia obstrutiva do sono (AOS), representam um importante problema de saúde pública, afetando significativamente a qualidade de vida e o bem-estar dos indivíduos. Caracterizam-se por interrupções recorrentes na respiração durante o sono, causadas por graus variados de estreitamento das vias aéreas superiores. Essa obstrução é multifatorial, envolvendo desde anormalidades anatômicas, como hipertrofia de tecidos moles, retrognatismo ou desvio de septo nasal (Silva et al., 2023; Frange et al., 2022), até disfunções neuromusculares que comprometem o tônus dos músculos responsáveis pela manutenção da permeabilidade das vias aéreas (Gottlieb; Punjabi, 2020; Oliveira et al., 2024).

Esses transtornos estão associados a diversas complicações, incluindo alterações cardiovasculares, metabólicas e cognitivas. A atuação do fisioterapeuta tem se mostrado cada vez mais relevante, especialmente no âmbito da fisioterapia respiratória. Com conhecimentos específicos sobre mecânica ventilatória, técnicas de reeducação respiratória e intervenções não invasivas, o fisioterapeuta contribui de forma significativa para a avaliação, prevenção e tratamento desses pacientes (Santana et al., 2024). Tal atuação promove melhorias na função pulmonar, na qualidade do sono e na adesão ao tratamento com dispositivos como o CPAP. A integração desse profissional à equipe multidisciplinar é essencial para uma abordagem eficaz e humanizada dos distúrbios respiratórios do sono (Del quiqui, 2025; Frange et al., 2022).

Segundo Souza (2021), a AOS afeta cerca de 4% a 6% da população adulta mundial, com maior prevalência em homens, indivíduos com sobrepeso e pessoas acima dos 40 anos. No Brasil, estima-se que milhões de pessoas convivam com a AOS, muitas vezes sem diagnóstico ou tratamento adequado (Mendes, 2022). Esse cenário evidencia a necessidade de ampliar o acesso a profissionais capacitados para atuar na identificação e no manejo desses distúrbios.

A fisioterapia respiratória tem se consolidado como uma área estratégica no tratamento da AOS, especialmente no suporte ao uso de dispositivos de pressão positiva contínua nas vias aéreas (CPAP), na reeducação respiratória e no fortalecimento da pesquisa

musculatura orofaríngea. Estudos apontam que a adesão ao tratamento com CPAP pode ser significativamente melhorada com o acompanhamento fisioterapêutico, reduzindo sintomas como sonolência diurna, fadiga e distúrbios cognitivos (Frange et al., 2022).

Apesar da crescente demanda, ainda há uma lacuna na formação específica e na inserção sistemática do fisioterapeuta em centros especializados em medicina do sono. Que indicam a presença desse profissional em equipes multidisciplinares está associada a melhores desfechos clínicos e maior satisfação dos pacientes, reforçando a importância de políticas públicas que incentivem sua atuação nesse campo. A terapia de reabilitação aborda desde a avaliação funcional até as intervenções terapêuticas, como CPAP, exercícios orofaríngeos e orientações posturais, além de ressaltar a importância do trabalho multidisciplinar. (Mendes, 2022).

## 2 OBJETIVO

Verificar o papel do fisioterapeuta na abordagem de pacientes que sofrem de distúrbios respiratórios durante o sono.

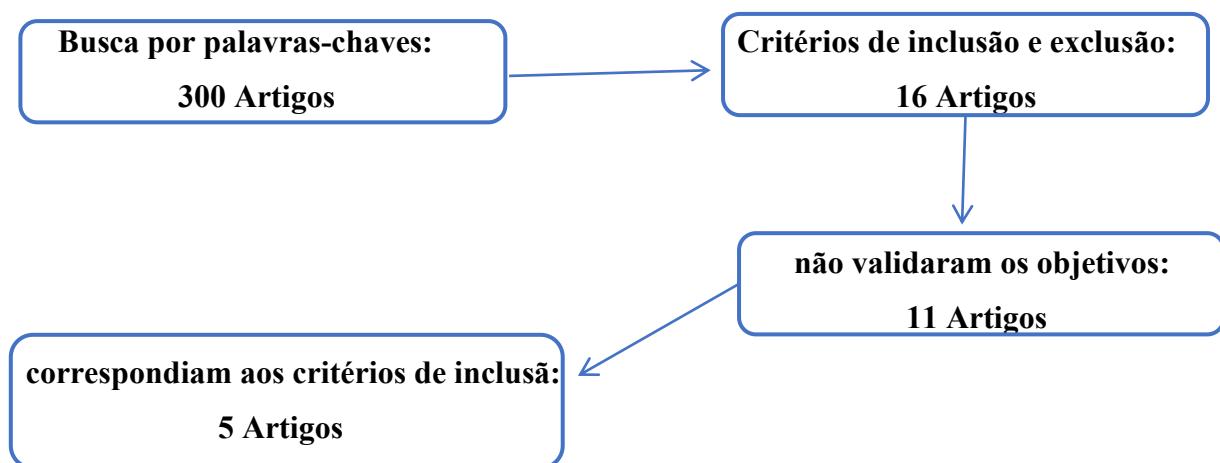
## 3 MÉTODOLOGIA

Este estudo trata-se de uma revisão bibliográfica, no qual esse método sintetiza os resultados obtidos em pesquisas de maneira ordenada e abrangente, construída a partir de cinco etapas: busca na literatura; classificação dos estudos; avaliação dos estudos para inclusão na revisão; interpretação dos resultados e apresentação da revisão. Para a realização da busca e seleção dos estudos foi utilizado os bancos de dados do Scielo, PubMed, Scopus, Web of Science, e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) com as palavras-chave a seguir pesquisadas para alcançar resultados como: Síndrome da apneia obstrutiva do Sono; distúrbio respiratório do sono; fisioterapeuta.

Os critérios de inclusão utilizados foram artigos científicos nos idiomas português e inglês, disponíveis eletronicamente de forma integral e gratuita; artigos publicados nos últimos cinco anos (2020– 2025) e estudos originais que abordem o tema proposto. Foram excluídos da presente pesquisa estudos duplicados, incompletos, sem desfecho clínico, e àqueles cujo título, resumo e objetivo não se enquadravam no tema proposto do presente estudo.

Inicialmente, os artigos foram selecionados com a busca por palavras-chave, sendo encontrados 300 estudos. Após aplicar os critérios de inclusão e exclusão, Encontrou-se no total 16 artigos, sendo na Pubmed, no Scielo, no resultantes da pesquisa com os descritores. Destes apenas 5 correspondiam aos critérios de inclusão. Após a leitura completa dos artigos, 11 foram excluídos por não validarem os objetivos desta pesquisa.conformo mostra a Figura 1.

**Figura 1 - Fluxograma de seleção dos artigos**



**Fonte:** Elaboração própria (2025)

#### **4 RESULTADOS**

Ao final fez-se a seleção de 6 artigos, os quais fizeram parte desses estudos, respeitando os critérios de elegibilidade descrito para fins de organização e melhor compreensão, os estudos incluídos neste trabalho foram dispostos em um quadro constituído por autor/ano, título, objetivo, revista conforme apresentado no Quadro 1.

**Quadro 1-** Artigos incluídos na revisão de acordo com autor/ano, título, objetivo, revista. Brasil, 2025.

Autor/Ano	Título	Objetivo	Revista
Almeida et al., 2021	Intervenção fisioterapêutica nos distúrbios respiratórios.	discutir a importância da fisioterapia no tratamento de distúrbios respiratórios, abordando os principais métodos e técnicas utilizadas para melhorar a função pulmonar	Rev. Neurociências / B1.
Costa et al., 2022	Fisioterapia e CPAP: abordagem integrada.	Analizar contribuição na adesão ao CPAP.	Rev. Saúde em Debate / B2.
Oliveira & Souza, 2021	Atuação do fisioterapeuta na síndrome da apneia do sono.	Descrever estratégias terapêuticas.	Fisioterapia em Movimento / A2.
Santos & Lima., 2023	Exercício físico supervisionado na apneia obstrutiva do sono.	Verificar efeitos de programas conduzidos por fisioterapeutas.	Rev. Assoc. Med. Bras. / A1.

Silva et al., 2020	Efeitos da fisioterapia respiratória em pacientes com AOS.	Avaliar eficácia de técnicas fisioterapêuticas.	Rev.Bras. Fisioterapia / B1.

## 5 DISCUSSÕES

As intervenções fisioterapêuticas voltadas para a AOS abrangem diversas abordagens complementares que visam melhorar a função respiratória e a qualidade do sono. Os exercícios orofaríngeos são indicados especialmente para casos leves a moderados e têm como objetivo fortalecer a musculatura da língua, do palato mole e da faringe, contribuindo para a redução da obstrução das vias aéreas superiores. A terapia com pressão positiva, por meio de dispositivos como CPAP ou BiPAP, envolve a atuação do fisioterapeuta na adaptação ao equipamento, no ajuste dos parâmetros e no monitoramento da adesão ao tratamento, garantindo a manutenção da abertura das vias aéreas durante o sono Oliveira & Souza et al,(2021).

O fisioterapeuta desempenha papel central no manejo de distúrbios respiratórios do sono por meio de diversas estratégias integradas. A **terapia com pressão positiva** (CPAP ou BiPAP) atua na manutenção das vias aéreas superiores abertas, sendo necessária a adaptação ao equipamento, ajuste de parâmetros e monitoramento da adesão. A **reeducação respiratória** utiliza técnicas como respiração diafragmática, controle da frequência respiratória e exercícios de expansão torácica, promovendo maior eficiência ventilatória e redução do esforço respiratório. **Orientações posturais e de higiene do sono** incluem recomendações sobre posições adequadas para dormir, hábitos saudáveis e fatores que prejudicam o sono, como consumo de álcool, tabaco e uso de eletrônicos. Em casos de fraqueza muscular ou hipovenilação, o **treinamento muscular respiratório** é indicado, com dispositivos de resistência inspiratória e expiratória para fortalecimento da musculatura. Por fim, o **acompanhamento contínuo**, por meio de sessões regulares, permite reavaliar a evolução clínica, ajustar o plano terapêutico e incentivar a adesão ao tratamento, garantindo melhores resultados funcionais e qualidade de vida ao paciente. Oliveira & Souza et al,(2021).

Complementando essas abordagens, Almeida et al. (2021) destacam a importância da fisioterapia na gestão dos distúrbios respiratórios do sono, enfatizando a necessidade de estratégias personalizadas e fundamentadas em evidências para otimizar os resultados clínicos. Costa et al. (2022), por meio de revisão integrativa, realizaram uma análise crítica sobre a eficácia da fisioterapia associada ao uso de CPAP, demonstrando que essa combinação pode potencializar os efeitos terapêuticos e promover melhor controle dos sintomas.

Oliveira e Souza el al (2021), utilizaram como principais evidências para suas conclusões sobre os distúrbios respiratórios do sono, especialmente a Síndrome da Apneia Obstrutiva do Sono (SAOS), a polissonografia como método ideal para mensuração do índice de apneias e hipopneias (IAH), o estudo aprofundado da fisiopatologia da SAOS e a análise integrada de dados clínicos, fisiológicos e exames complementares. Essa abordagem permitiu compreender a complexidade e multifatorialidade do distúrbio, incluindo o papel do controle ventilatório instável e das respostas autonômicas e hemodinâmicas alteradas durante os episódios de apneia. Os autores fundamentaram suas conclusões em métodos confiáveis e modelos clínicos práticos, evidenciando formas claras e eficientes de diagnóstico e acompanhamento dos pacientes.

Santos e Lima (2024) realizaram uma revisão crítica dos estudos que investigaram os efeitos do exercício físico supervisionado em pacientes com AOS. A análise permitiu identificar benefícios significativos dessa intervenção no manejo da condição, com destaque para melhorias na capacidade funcional e na qualidade de vida dos pacientes. Por fim, Silva et al. (2023) destacam, em revisão de literatura, alterações anatômicas que contribuem para a AOS, como a hipotrofia de tecidos moles e o desvio de septo nasal, além de discutirem intervenções cirúrgicas aplicáveis.

No estudo Lima el al (2020), a reabilitação pulmonar aplicada por seis semanas em pacientes com DPOC resultou em melhora significativa da capacidade de exercício, evidenciada pelo aumento da distância no teste de caminhada de seis minutos e pela maior carga no teste incremental de membros superiores. Entretanto, os autores observaram que o programa não promoveu alterações estatisticamente significativas no padrão do sono avaliado por polissonografia, nem nos níveis de sonolência diurna, sugerindo que, apesar dos benefícios funcionais, a intervenção fisioterapêutica modificou os distúrbios de sono desses pacientes.

## 6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A fisioterapia se mostra eficiente no manejo da apneia do sono, ao auxiliar nos casos dos múltiplos sintomas e complicações associados a essa condição, oferecendo uma melhor qualidade de vida aos indivíduos acometidos por esse problema. A análise da literatura que é especializada permitiu confirmar essa hipótese, evidenciando que intervenções fisioterapêuticas, como os exercícios orofaríngeos, a reeducação respiratória e o suporte ao uso de dispositivos como o CPAP, apresentam resultados positivos e complementares às abordagens médicas tradicionais. Para pesquisas futuras, recomenda-se a realização de ensaios clínicos randomizados que avaliem a eficácia comparativa das diferentes técnicas fisioterapêuticas aplicadas à AOS, bem como estudos que explorem o impacto da formação especializada em fisioterapia do sono na prática clínica.

## REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, A. et al. Intervenção fisioterapêutica nos distúrbios respiratórios. *Revista Neurociências*, São Paulo, v. 29, n. 1, p. 45–52, 2021.
- CONSELHO FEDERAL DE FISIOTERAPIA E TERAPIA OCUPACIONAL – COFFITO. Resolução nº 536/2021 – Reconhece o exercício da Fisioterapia nos Distúrbios do Sono como área de atuação própria do fisioterapeuta. 2021. Disponível em: <https://www.coffito.gov.br/nsite/?p=19122>. Acesso em: 31 ago. 2025.
- COSTA, B. et al. Fisioterapia e CPAP: abordagem integrada. *Revista Saúde em Debate*, Rio de Janeiro, v. 46, n. 2, p. 112–120, 2022.
- DEL QUIQUI, Lucca. Fisioterapia do sono: abordagens diagnósticas e terapêuticas na apneia obstrutiva do sono e seus impactos cognitivos e educacionais. *Imperium*, 2025. Disponível em: <https://imperium.org.br/wp-content/uploads/2025/05/artigo-Lucca-Fisioterapia-do-Sono.pdf>. Acesso em: 31 ago. 2025.
- FRANGE, Cristina et al. O papel da fisioterapia no manejo dos distúrbios de sono: diretrizes da Associação Brasileira do Sono 2022. São Paulo: Associação Brasileira do Sono, 2022. Disponível em: [https://absono.com.br/wp-content/uploads/2022/12/25712\\_Consenso-Fisioterapia\\_zDIGITAL-2.pdf](https://absono.com.br/wp-content/uploads/2022/12/25712_Consenso-Fisioterapia_zDIGITAL-2.pdf). Acesso em: 31 ago. 2025.
- GOTTLIEB, D. J.; PUNJABI, N. M. Diagnosis and management of obstructive sleep apnea: a review. 2020. Disponível em: <https://www.neosono.com.br/artigos/diagnosis-and-management-of-obstructive-sleep-apnea-a-review/>. Acesso em: 31 ago. 2025.
- LICHTNOW, Jordana. Utilização do CPAP na apneia obstrutiva do sono. 2018. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Fisioterapia) – Anhanguera Educacional, Pelotas. Disponível em <https://repositorio.pgsscogna.com.br/bitstream/123456789/23134/1/JORDANA%20LICHTNOW.pdf>. Acesso em: 31 ago. 2025.
- OLIVEIRA, V. M. et al. Diagnóstico e tratamento da apneia do sono: uma revisão de literatura. *Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences*. Disponível em: <https://bjih.senacuvenus.com.br/bjih/article/view/3057>. Acesso em: 5 set. 2025.
- OLIVEIRA, W.; SOUZA, R. Atuação do fisioterapeuta na síndrome da apneia do sono. *Fisioterapia em Movimento*, Curitiba, v. 34, n. 3, p. 317–325, 2021.
- SANTANA, Emily Matos et al. Atuação do fisioterapeuta no distúrbio de apneia obstrutiva do sono: uma revisão de leitura. *Revista Ciências da Saúde*, v. 28, n. 139, out. 2024. Disponível em: <https://revistafct.com.br/atuacao-do-fisioterapeuta-no-disturbio-de-apneia-obstrutiva-do-sono-uma-revisao-de-leitura>. Acesso em: 31 ago. 2025.

SANTOS, F.; LIMA, G. Exercício físico supervisionado na apneia obstrutiva do sono. *Revista da Associação Médica Brasileira*, São Paulo, v. 69, n. 1, p. 57–63, 2023.

SILVA, F. E. Efeitos da fisioterapia respiratória em pacientes com apneia obstrutiva do sono. *Revista Brasileira de Fisioterapia*, São Carlos, v. 24, n. 3, p. 215–222, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbfis/>. Acesso em: 10 set. 2025.

SILVA, G. O. C. et al. Alterações anatômicas da naso-orofaringe como etiologia da apneia do sono: uma revisão de fisiopatologia e abordagens cirúrgicas. *Recima21 – Revista Científica Multidisciplinar*, 2025. Disponível em: <https://recima21.com.br/recima21/article/view/2999>. Acesso em: 31 ago. 2025.

ZANCHET, Renata Claudia; VIEGAS, Carlos Alberto de Assis; LIMA, Terezinha do Socorro Macêdo. Influência da reabilitação pulmonar sobre o padrão de sono de pacientes portadores de doença pulmonar obstrutiva crônica. *Jornal Brasileiro de Pneumologia*, Brasília, v. 30, n. 5, p. 439–444, 2004.