



REALIZAÇÃO:



TOLERÂNCIA AO EXERCÍCIO EM INDIVÍDUOS COM SÍNDROME PÓS-COVID-19 SUBMETIDOS À UM PROGRAMA DE REABILITAÇÃO PULMONAR/ TOLERANCIA AL EJERCICIO EN INDIVIDUOS CON SÍNDROME POST-COVID-19 SOMETIDOS A UN PROGRAMA DE REHABILITACIÓN PULMONAR

Maria Olívia Ferreira de Sousa ¹, Lais Aline Rodrigues ¹, Jéssica Lopes de Oliveira ¹, Júlia Inácia Moraes Cardoso ¹, Luanna Paula Oliveira ¹, Gisele do Carmo Leite Machado Diniz ², Isabela Maria Sclauser Pessoa²

¹Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais, Discente do Curso de Fisioterapia, Betim, MG, Brasil

²Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais, Docente do Curso de Fisioterapia, Betim, MG, Brasil

E-mails: maria.olivia@sga.pucminas.br
lais.aline@sga.pucminas.br
jessica.oliveira1230262@sga.pucminas.br
jimcardoso@sga.pucminas.br
luanna.oliveira.1138323@sga.pucminas.br
gisele@pucminas.br
isabelapessoa@pucminas.br

Palavras-Chave: *COVID-19, Tolerância ao exercício, Teste de esforço. / COVID-19, Tolerancia al Ejercicio, Prueba de Esfuerzo.*

INTRODUÇÃO

A Síndrome pós COVID-19 é uma condição multissistêmica que persiste por mais de 12 semanas e que inclui vários sintomas, sendo a redução da tolerância aos exercícios um de seus principais. Nessa perspectiva, este estudo teve por objetivo avaliar a tolerância ao exercício de pacientes com Síndrome pós COVID-19 submetidos a um programa de reabilitação pulmonar, por meio do Teste de Sentar e Levantar de 1 minuto (TSL1).

MÉTODOS

Foi realizado um estudo piloto do tipo experimental série de casos com amostra por conveniência composta por 8 pacientes admitidos no Projeto de Extensão ReabilitAR- Superando os impactos da COVID-19 da Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais- Campus Betim, no período de setembro a novembro de 2021. Os critérios de inclusão foram: pacientes admitidos no Projeto ReabilitAR do segundo semestre de 2021 e com risco de baixa tolerância ao exercício e fraqueza

muscular de membros inferiores (MMII). Critérios de exclusão: pacientes não colaborativos e que não aderiram ao tratamento durante as 14 semanas. Os desfechos considerados foram redução da tolerância ao exercício e fraqueza de MMII. Para avaliação destes desfechos foi utilizado o Teste de sentar e levantar de 1 minuto de maneira padronizada: cadeira com altura do chão ao assento de 46-48 cm com encosto reto, encostada na parede, com assento rígido, pés apoiados no chão, mãos cruzadas sobre os ombros e oxímetro acoplado no dedo indicador. A avaliação inicial foi realizada na primeira semana e a reavaliação, após 14 semanas, com o mesmo avaliador e seguindo o mesmo protocolo de aplicação. As aplicações do teste de TSL1 não foram feitas pelos autores do estudo, sendo que oito participantes foram avaliados por extensionistas distintos. Foi realizada uma análise descritiva dos dados pelo programa Microsoft Excel[®], calculando o intervalo interquartil (IIQ) a fim de avaliar o grau de



REALIZAÇÃO:



dispersão de dados em torno da medida de centralidade, para entender o comportamento dos dados de uma forma mais precisa, uma vez que se trata de uma amostra pequena. O número do Certificado de Apresentação para Apreciação Ética (CAAE) 55815922.3.0000.5137.

RESULTADOS

A amostra foi constituída por seis mulheres e dois homens, com média de idade de $60 \pm 12,5$ anos. Foi utilizada a tabela proposta por Bohannon (1995) para classificação quanto ao número de repetições de acordo com o sexo e idade dos participantes. Antes do início do programa de reabilitação a mediana foi de 13,5 repetições (IQ25% - 75% 19,5 - 13) e, após 14 semanas de reabilitação, foi de 21 repetições (IQ25% - 75% 22,5 - 16). Seis pacientes obtiveram melhora significativa, saindo do estado de fraqueza extrema para fraqueza mínima. Dois não apresentaram melhora, classificados com fraqueza extrema na avaliação, pois permaneceram no mesmo estado funcional após 14 semanas.

CONCLUSÃO

Houve melhora da tolerância ao exercício e diminuição da fraqueza muscular de MMII na maioria dos pacientes avaliados após um programa de reabilitação cardiopulmonar, sendo necessário o

aumento da amostra para conclusões estatísticas de impacto.

AGRADECIMENTOS

À Pró- Reitoria de Extensão- PROEX da PUC Minas, pela aprovação do Projeto de Extensão Reabilitar- Superando os Impactos da Covid-19 e à toda equipe envolvida neste projeto de extensão.

REFERÊNCIAS

BOHANNON, Richard W. Teste de sentar e levantar para medir o desempenho dos músculos das extremidades inferiores. SAGE Journals. Vol. 80, edição 1/ 1995

NOGUEIRA. I. C. et. al. Recomendações para avaliação e reavaliação pós-covid-19. Comunidade Oficial Assobrafir. julho/2021.

PEREIRA, Pedro S. P. F. Impacto de programas de reabilitação respiratória na função respiratória de doentes COVID-19 em fase pós-aguda: uma revisão sistemática da literatura. Instituto Politécnico de Bragança, Biblioteca Digital. 2021.