

38. REABILITAÇÃO PULMONAR – PROTOCOLO DE TREINAMENTO DE MEMBROS INFERIORES: REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

VIEIRA, LUÍZA CAETANO¹
ABDO, LUIZA AMORIM¹
BORGES, CARLA SOUSA¹
MELO, SILVESTRE BARBOSA¹
REIS, JULIANA RIBEIRO GOUVEIA¹

¹ CENTRO UNIVERSITÁRIO DE PATOS DE MINAS - UNIPAM

luizac.vieira@hotmail.com

A reabilitação pulmonar é uma forma multidisciplinar de tratamento que tem como objetivo melhorar a qualidade de vida, aumentar a tolerância ao exercício, reduzindo os sintomas de fadiga e dispnéia. Dentre as várias opções do arsenal terapêutico para o reestabelecimento da habilidade pulmonar plena, o treinamento de força de membros inferiores é utilizado no intuito de aumentar a força muscular. A finalidade deste trabalho consistiu em compararmos protocolos de treinamento para reabilitação pulmonar em membros inferiores de distintos estudos. O levantamento bibliográfico referiu-se às publicações científicas nas bases do Google Acadêmico e Scielo, utilizando-se das palavras-chaves “protocolo de treinamento”, “reabilitação”, “membros inferiores”. O programa de reabilitação pulmonar (PRP) que tem demonstrado maior benefício aos pacientes são os programas com frequência de 2 a 3 vezes por semana e duração da sessão entre 60 e 90 minutos. O PRP deve durar no total vinte e quatro (24) sessões. Os protocolos de treinamento para membros inferiores podem constituir-se do treinamento de *endurance*, realizado em um cicloergômetro com carga de 70%; da fisioterapia não convencional, utilizando a estimulação elétrica neuromuscular; e dos exercícios de membros inferiores que podem ser feitos através de caminhada, exercício em bicicletas ou esteiras ergométricas, com uma intensidade entre 50 e 90% do trabalho máximo (W max.) tolerado ao teste. Sem dúvida, os componentes mais efetivos da reabilitação pulmonar são aqueles relacionados à atividade física como os exercícios aeróbios, os exercícios resistivos periféricos e respiratórios. Este estudo foi primordial para reafirmar que a execução das atividades cotidianas, agora são realizadas com menor cansaço, o que traduz melhoria na autonomia social e física, no sentido de tornar o paciente mais independente, mais ativo fisicamente e, portanto, mais seguro de si mesmo, o que permite independência nas atividades de vida diária.

Categoria: Apresentação Pôster

Área temática: Fisioterapia