



VIII Congresso de Pesquisa e Extensão da FSG
VI Salão de Extensão

<http://ojs.fsg.br/index.php/pesquisaextensao>

ISSN 2318-8014



CARTILHA DE TELEFISIOTERAPIA DIRECIONADA AO PACIENTE SUBMETIDO A REABILITAÇÃO CARDIOVASCULAR

Isadora Rodrigues Schlichting^a, Bruna Eibel^{a*}, Caroline Bernardes^{a*}

^a) Curso de Fisioterapia, Centro Universitário da Serra Gaúcha, Caxias do Sul, RS

*Caroline Bernardes e Bruna Eibel,
endereço: Rua Os Dezoito do Forte, 2366 - Caxias do Sul - RS -
CEP: 95020-472.

Palavras-chave:

Reabilitação. Atendimento. Monitorização

INTRODUÇÃO: Devido ao enfrentamento da pandemia que da COVID-19, despertou-nos uma preocupação com os pacientes que precisariam de reabilitação neste momento e que seria impossibilitado de realizar devido a indicação de isolamento social para evitar a proliferação do vírus. Desta forma, começamos a ouvir muito sobre a telefisioterapia/telemonitoramento, modalidade que os fisioterapeutas encontraram para continuar propiciando atendimentos e monitorização dos casos através dos meios de comunicação capazes de possibilitar a comunicação através de vídeo-chamadas. Assim, fomos motivados a confeccionar cartilhas explicativas com orientações necessárias que fossem capazes de dar suporte a este tipo de atendimento. **OBJETIVO:** Instruir os pacientes acerca de seu caso clínico e dar suporte aos atendimentos que acontecerão na modalidade online. **MÉTODOS:** A cartilha foi confeccionada a partir de buscas nas bases de dados Scielo, PubMed e Google Acadêmico, buscando os pontos fortes de uma reabilitação cardíaca para que pudéssemos adaptar e organizar a mesma. As imagens foram inseridas para que a mesma ficasse autoexplicativa e ilustrada facilitando o entendimento do usuário. **RESULTADOS E DISCUSSÕES:** A cartilha foi dividida em cinco etapas: inicialmente foram colocados algumas orientações de como aconteceria o atendimento em uma espécie de “Introdução ao Atendimento”, logo em seguida, detalhamos exercícios respiratórios (enfatizando padrões ventilatórios reexpansivos como: respiração diafragmática, inspiração fracionada, inspiração máxima sustentada; além do huffing) que julgamos importantes para a evolução deste paciente. Após, inseriu-se alguns exemplos de alongamentos (autoalongamentos globais para membros superiores e inferiores) e algumas dicas de como os mesmos devem ser executados. Posteriormente, falamos sobre a execução dos exercícios aeróbicos, oferecendo diferentes sugestões (pular corda, polichinelos,

corrida estacionária, “burpee”, “exercício alpinista”) e ensinando como realizar a monitorização dos mesmos. E por fim, o fortalecimento, trazendo informações como carga, repetições, intervalos e ilustrações de como executá-los. Vale salientar que em todos os momentos citados o fisioterapeuta estará supervisionando e ajustando tudo conforme o adequado. **CONCLUSÃO:** A partir disso, conclui-se que, a telefisioterapia / telemonitoramento é uma boa alternativa em tempos difíceis como este que estamos vivendo, mas é importante salientar que nada substitui o trabalho presencial de um fisioterapeuta e a aplicação de seus conhecimentos em contato direto com o paciente. Acredita-se que seja importante situar aos pacientes sobre seu caso trazendo-lhes orientações e explicações sobre o seu plano de tratamento, neste momento orientamos pacientes cardíacos, mas será interessante orientar outras patologias também.

REFERÊNCIAS

HERDY, A. H., LÓPEZ-JIMÉNEZ, F., TERZIC, C. P., MILANI M., STEIN, R., CARVALHO, T., SERRA, S., ARAUJO, C. G., ZEBALLOS, P. C., ANCHIQUE, C. V., BURDIAT, G., GONZÁLES, K., GONZÁLES, G., FERNÁNDEZ, R., SANTIBÁÑEZ, C., RODRÍGUEZ-ESCUADERO, J. P., ILARRAZA-LOMELÍ, H. Diretriz Sul-Americana de Prevenção e Reabilitação Cardiovascular. **Arquivo Brasileiro de Cardiologia.**, São Paulo , v. 103, n. 2, supl. 1, p. 1-31, Aug. 2014 . Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0066-782X2014003000001&lng=en&nrm=iso>. access on 06 May 2020. <https://doi.org/10.5935/abc.2014S003>.

Procedimento Operacional Padrão: Fisioterapia no Pós-Operatório de Cirurgia Cardíaca no Paciente Adulto. **EBSERH**, 2016. Disponível em: <<http://www2.ebserh.gov.br/documents/147715/0/P%2B%C2%A6s+op+cirurgia+card%2B%C2%A1aca.pdf/7401c471-4654-4538-8d4c-fe598675c25f>> Acesso em: 08, abril 2020.