

REABILITAÇÃO FISIOTERAPÊUTICA COVID LEVE

Os pacientes devem ser orientados a manterem-se funcionais, realizar exercícios simples de baixa intensidade e evitar o imobilismo.



Avaliar:

- ✓ Sinais Vitais: FC, FR, PA, Temperatura, Sat O₂;
- ✓ Grau de Dispneia (Escala de Borg);
- ✓ Presença de Comorbidades;
- ✓ Comprometimento Funcional.

EXERCÍCIOS TERAPÊUTICOS



INTENSIDADE: Até 3 METS ou Sensação Dispneia/ Fadiga \leq 3
(Escala de Borg Modificada 0 - 10).

FREQUÊNCIA: 2 vezes ao dia.

DURAÇÃO: 15 a 45 min, de acordo com a tolerância do paciente.

CONDUTA:

- Exercícios aeróbicos de baixa intensidade;
- Exercícios de fortalecimento muscular;
- Treino de equilíbrio;
- Treino de AVD's, quando houver incapacidade;
- Alongamentos (MMSS, Coluna e MMII).



CRITÉRIOS PARA INTERRUPTÃO DO EXERCÍCIO:

Dispneia e fadiga $>$ 3 na Escala de Borg Modificada (0 - 10);

Frequência Cardíaca $>$ 120 bpm;

Sensação de aperto no peito, eructação, vertigem, cefaléia, visão turva, palpitações, sudorese intensa, falta de equilíbrio, etc.;

FISIOTERAPIA RESPIRATÓRIA



A indicação só é adequada nos casos onde há doenças respiratórias prévias hipersecretoras, dificuldade de expectoração e prejuízo grave da ventilação e oxigenação.

CONDUTA:

- Técnicas de remoção de secreção;
- Terapia de expansão pulmonar;
- Treinamento Muscular Respiratório.

CRITÉRIOS PARA INTERRUPTÃO DA FISIOTERAPIA RESPIRATÓRIA:

Temperatura corporal $>$ 38° C;

Tempo desde o diagnóstico inicial $<$ 7 dias;

Tempo desde o início da dispneia \leq 3 dias;

Imagem radiográfica: progressão do infiltrado torácico $>$ 50% entre 24- 48 hrs;

Saturação O₂ \leq 95%;

Pressão arterial $<$ 90/ 60 mmHg ou $>$ 140/90 mmHg.