

ATIVIDADE FÍSICA PARA PROMOÇÃO DA MELHORA NA QUALIDADE DE VIDA DE PACIENTES PNEUMOPATAS: UMA REVISÃO

Autores: FABRICIO ZANELLA, EDUARDA STHEFANIE MITTELSTADT, RAFAEL MACHADO DE SOUZA, OTÁVIO PAGLIARINI.

Orientadora: CASSIA CINARA DA COSTA

Introdução: A Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica (DPOC) afeta diretamente a capacidade respiratória e está relacionada a perda da capacidade física. A intolerância ao exercício e a piora do condicionamento físico limitam a execução das mais básicas funções. A retomada dessa capacidade básica se dá por meio de programas de reabilitação. **Objetivos:** Revisar na literatura o papel da atividade física como ferramenta na promoção da melhora na qualidade de vida de pacientes pneumopatas. **Metodologia:** tratou-se de revisão da literatura a partir da busca nas bases de dados de portais eletrônicos como “scielo” e “google acadêmico”, através do termo “doença pulmonar obstrutiva crônica” em combinação com “reabilitação”, “atividade física”, “exercício físico” ou “qualidade de vida”. **Resultados:** Protocolos baseados em exercícios físicos aeróbicos combinados com exercícios de força, como a Reabilitação Pulmonar (RP) traz benefícios aos participantes. Neste contexto, o treinamento dos músculos periféricos, especificamente, é considerado um componente essencial de RP em pneumopatas. A modalidade de treino aeróbio com o treino combinado parece ser um método mais eficaz, que promoveu alterações significativas, com uma melhoria ao nível da percepção do estado de saúde e qualidade de vida dos pacientes. Diversos autores trabalham com a ideia de que independente do estadio da doença, todos os pacientes se beneficiam, melhorando a qualidade de vida, após o PR. **Considerações finais:** Os exercícios aeróbicos combinados com musculação, demonstraram ser mais eficazes na reabilitação, qualidade de vida, e percepção de sensação de dispneia em relação aos tratamentos convencionais. Entretanto, a realização de rotinas combinadas de exercícios, ainda não é uma realidade presente nos serviços de saúde no Brasil. A realização de estudos que demonstrem aspectos socioeconômicos, associados

aos estudos clínicos poderiam contribuir para favorecer a introdução destas práticas nos serviços de saúde no Brasil.