

O PAPEL DO TREINAMENTO MUSCULAR ESPECÍFICO EM PACIENTES PORTADORES DE DOENÇA PULMONAR OBSTRUTIVA CRÔNICA (D.P.O.C)

Glaucy Almeida Gonçalves

Lilian Cristina Jandre

Orientação: Fisioterapeuta Laís Alves de Souza

Orientação Metodológica: Prof. Ms. Heitor Romero Marques

Esta pesquisa caracteriza-se como sendo revisão bibliográfica, tendo como objetivo descrever e caracterizar qual a importância do treinamento dos músculos respiratórios específicos no protocolo de reabilitação pulmonar em pacientes portadores de D.P.O.C.

A D.P.O.C é um dos principais problemas de saúde no mundo atual. Atinge, mais frequentemente, adultos, acima de quarenta anos e os gastos com hospitalizações e tratamentos desta patologia estão em torno de bilhões e têm aumentado a cada dia. Esta doença é caracterizada por duas enfermidades respiratórias: a bronquite crônica e o enfisema pulmonar que, geralmente, são associados.

A principal etiologia está relacionada ao tabagismo e poluição atmosférica, que levam à destruição de estruturas pulmonares, causando o desequilíbrio da mecânica respiratória.

A hiperinsuflação pulmonar que caracteriza a D.P.O.C, encurta progressivamente os músculos ventilatórios. Ao mesmo tempo,

ocorre estreitamento e colamento das vias aéreas do fluxo, exigindo maior trabalho dos músculos respiratórios para realizar função que, com a progressão da doença, leva ao encurtamento, fraqueza e fadiga muscular em situações de sobrecarga.

A atuação fisioterapêutica é fundamental para a reabilitação pulmonar dos músculos respiratórios e tem como objetivo alcançar, principalmente, endurance e força muscular.

O treinamento não-específico dos músculos respiratórios é composto, basicamente, de caminhadas, esteira ergométrica, bicicleta estacionária e exercícios globais para membros inferiores e superiores. Os principais benefícios alcançados com o condicionamento físico são: a melhora da dispnéia, aumento da capacidade de resistência aos exercícios, diminuição da necessidade de hospitalização e aumento do conhecimento sobre a doença.

O treinamento específico dos músculos respiratórios é realizado através de dois tipos de aparelhos: o aparelho com resistor de fluxo e o aparelho com carga linear pressórica, conhecido comercialmente como THRESHOLD.

Esta pesquisa enfatiza o treinamento específico dos músculos inspiratórios com THRESHOLD por proporcionar carga inspiratória constante, sem variação da pressão, independente do padrão e fluxo respiratório, oferecendo ao paciente vantagens e resultados mais eficazes, como: aumento da força muscular, endurance, maior tolerância ao exercício global e alívio da dispnéia.

O *European Respiratory Journal* (mar., 1997) traz um estudo comparativo, onde foram treinados vinte pacientes com aparelho THRESHOLD e idade entre 56 e 76 anos, durante trinta minutos, seis dias por semana, durante dez semanas. Um grupo foi treinado com 10% da P_i máx. e outro, com 30% da P_i máx. Os resultados obtidos foram: alívio da dispnéia, aumento da capacidade de realizar exercício em menos tempo, diminuição do volume-minuto e consumo de

oxigênio. Os índices mais altos foram encontrados nos indivíduos que treinaram com 30% da Pi máx.

Vários estudos foram realizados para confirmar a fidedignidade do treinamento muscular com THRESHOLD e foi observado que, ao treinar pacientes saudáveis com D.P.O.C, em seis diferentes pressões, ocorreu grande variação de fluxo, enquanto a variação da pressão foi insignificante.

Alguns estudos relataram que a melhoria da capacidade para realizar trabalho seja decorrente, principalmente, do alívio da dispnéia, enquanto outros, como os de LEIDH e BRADLEY, referem que há, realmente, melhora de força e endurance no treinamento específico.

Todos estes benefícios favorecem a melhora do condicionamento físico-global, ocasionando a realização das atividades de vida diária, com mais facilidade, proporcionando melhora na qualidade de vida.

Conclui-se que há vantagem em inserir, rotineiramente, nos programas de reabilitação pulmonar, o treinamento específico dos músculos respiratórios, com THRESHOLD.