

A CONTRIBUIÇÃO DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA EM EQUIPE MULTIPROFISSIONAL PARA RECUPERAÇÃO DE PACIENTES PÓS COVID 19

THE CONTRIBUTION OF THE PHYSICAL EDUCATION PROFESSIONAL IN A MULTIPROFESSIONAL TEAM FOR THE RECOVERY OF POST-COVIDED PATIENTS 19

Alcides Lopes Maranhão Filho ¹

RESUMO: Este artigo intitulado “A contribuição do profissional de educação física em equipe multiprofissional para recuperação de pacientes pós covid 19” realiza uma contextualização da prática desse profissional e sua inserção na área da saúde. Neste sentido, tem por objetivo compreender as contribuições do educador físico diante sua inserção nas equipes multiprofissionais que fazem acompanhamento dos pacientes em recuperação da Covid 19. Busca-se refletir quais estratégias da prática do educador físico e suas especificidades para promoção da saúde no território. Observa-se que, na atualidade, os profissionais de educação física estão inseridos nos Núcleos de Atenção Saúde da Família – NASF e outras instituições de saúde, onde esse profissional através de sua prática tem trazido muitas contribuições para promoção, recuperação e reabilitação da saúde da população do seu território. Nesta pesquisa, utilizou-se o percurso metodológico de pesquisa bibliográfica, onde foi realizada a seleção e análise bibliográfica de artigos, teses, revistas eletrônicas, jornais, noticiários em portais eletrônicos e legislação que abordam a temática escolhida. Neste sentido, foi possível apontar-se alguns resultados parciais que sinalizam para a importância do profissional educador físico na recuperação de pacientes com Covid 19. Neste sentido, verificou-se que, a importância das atividades físicas no processo de recuperação dos pacientes com Covid 19, onde tais práticas devem ser acompanhadas por profissionais especializados. Por fim, observou-se a necessidade de uma equipe multiprofissional articulada e comprometida para a promoção e recuperação efetiva da saúde dos pacientes acometidos pela patologia do Covid 19.

Palavras-chaves: Covid 19. Educação Física. Saúde.

ABSTRACT: This article entitled "The contribution of the physical education professional in multidisciplinary team for recovery of patients after covid 19" performs a contextualization of the practice of this professional and its insertion in the health area. In this sense, it aims to understand the contributions of the physical educator before his insertion in multiprofessional teams that follow patients in recovery from Covid 19. It seeks to reflect on the strategies of the physical educator's practice and its specificities for health promotion in the territory. It is observed that, currently, physical education professionals are inserted in the Family Health Care Centers - NASF and other health care institutions, where this professional through his practice has brought many contributions to the promotion, recovery and rehabilitation of the health of the population in their territory. In this research, the methodological approach used was bibliographic research, where the selection and bibliographic analysis of articles, theses, electronic magazines, newspapers, news on electronic portals, and legislation that approach the chosen theme were performed. In this sense, it was possible to point out some partial results that signal the importance of the professional physical educator in the recovery of patients with Covid 19. In this sense, it was verified that, the importance of physical activities in the recovery process of patients with Covid 19, where such practices must be accompanied by specialized professionals. Finally, it was observed the need for a multidisciplinary team articulated and committed to the promotion and effective recovery of the health of patients affected by the pathology of Covid 19.

Keywords: Covid 19. Physical Education. Health.

¹Secretaria Municipal de Saúde de Iranduba- AM. alcidesmaranhao@hotmail.com

1. INTRODUÇÃO

A criação do Sistema Único de Saúde instituído mediante a Constituição Federal de 1988 (CF/1988) permitiu a adoção de um novo modelo voltado à atenção à saúde. Antes estava em vigência um modelo biomédico, que além de não ser eficiente, ele envolvia altos custos, não conseguindo atender à população do território brasileiro como um todo. Nesta reformulação de modelo, o educador físico está inserido na Atenção à Saúde, atuando através das práticas corporais e das atividades físicas sistematizadas, de acordo com a concepção de saúde coletiva.

O Sistema Único de Saúde - SUS reconhece que as práticas regulares de exercícios físicos, são determinantes para a promoção da saúde integral, devendo ser estimulada e também orientada por profissional especializado. Neste sentido, é primordial a inserção do educador físico nas equipes multiprofissionais de saúde, visando à promoção à saúde e à prevenção e reabilitação de doenças. Assim, é possível reconhecer o processo de trabalho do educador físico e sua inserção nesse contexto. Com o reconhecimento da relevância da atividade física no processo de promoção da saúde e prevenção das doenças crônico-degenerativas, causadoras de morbimortalidade no país, ocorreu um aumento da demanda dos profissionais de educação na Atenção Primária à Saúde – APS.

O objetivo deste trabalho consiste em compreender as contribuições do educador físico diante sua inserção nas equipes multiprofissionais que fazem acompanhamento dos pacientes em recuperação da Covid 19. Busca-se também: analisar a inserção da educação física na Atenção à Saúde da população; refletir quais estratégias da prática do educador físico e suas especificidades para promoção da saúde no território.

No contexto da pandemia do Covid 19, ocorreu uma reorganização dos serviços e equipes multiprofissionais de saúde, tanto no que corresponde à promoção e prevenção, como também a recuperação e reabilitação da saúde. Desta forma, observa-se a importância da inclusão do educador físico nas equipes multiprofissionais, podendo trazer muitas contribuições para os pacientes em reabilitação da Covid 19, através das especificidades de sua prática.

Com a inclusão do profissional educador físico na Atenção Primária a Saúde é possível o planejamento e realização de treinamentos especializados, mediante as práticas corporais e as atividades físicas sistematizadas, para um trabalho direcionado à promoção da saúde, com prevenção e tratamento das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT).

2. A CONTRIBUIÇÃO DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA EM EQUIPE MULTIPROFISSIONAL PARA RECUPERAÇÃO DE PACIENTES PÓS COVID 19

2.1 A inserção do educador físico na política de saúde

A inserção do educador físico no SUS nos traz uma expressiva contribuição, capaz de favorecer e atuar na prevenção e no controle das doenças crônicas não transmissíveis, mediante as práticas regulares de exercício físico, com o planejamento e execução de atividades destinadas à promoção à saúde. “A Educação Física vem ao longo do tempo demonstrando a sua imensa importância, juntamente com seus diversos benefícios físicos, mentais e sociais”. (MARTINS, 2019, p.207).

O profissional de Educação Física inserido em equipes multiprofissionais de saúde, tem como especificidade de sua prática, o planejamento regular de exercícios físicos para grupos especiais, tais como: os diabéticos, os hipertensos, os idosos, as gestantes e as pessoas portadoras de transtornos mentais, entre outros. Sua inserção em equipe multiprofissional permite a articulação de um intercâmbio de saberes com outros profissionais da área da saúde, através da incorporação do educador físico ao caráter interdisciplinar proposto pelas diretrizes do Sistema Único de Saúde.

A atividade física consiste em todo e qualquer movimento corporal que seja produzido mediante a contração muscular, quando realizado pode provocar o dispendimento de energia. É dentro da atividade física que existe o exercício, sendo que toda atividade física deve ser planejada, estruturada e intencional, visando alcançar algum objetivo específico que esteja relacionado à aptidão física. Conforme Tavares e Pinto (2011):

(...) A atividade física é, provavelmente, o melhor investimento na saúde e seus benefícios salutar são essenciais para qualquer idade. Dentre os mesmos proporcionados pela atividade física, pode-se destacar alguns: alívio do estresse emocional; melhora da composição sanguínea; redução da pressão arterial; estímulo ao emagrecimento; aumento da densidade mineral óssea e da massa muscular, diminuição do consumo de medicamentos, melhora das funções cognitivas e da socialização e desenvolvimento da aptidão física... (TAVARES; PINTO, 2011, p.07).

A atividade física contribui diretamente para a prevenção de doenças, promoção e reabilitação da saúde. Neste sentido, o educador físico é de fundamental relevância para diminuir o número de pessoas em situação de sedentarismo, que é um dos fatores que propiciam o surgimento de doenças. Assim, verifica-se a importância do exercício enquanto método de prevenção e também de tratamento de doenças crônicas do tipo não infecciosas, enquadrando-se nas diretrizes do SUS, sendo que a prática regular de exercício favorece a diminuição do índice de pessoas com certas patologias, conseqüentemente, permite a redução do consumo de medicamentos pelo SUS, proporcionando a redução de gastos com medicamentos pelo governo.

Ressalta-se que, o SUS busca a redução dos índices de mortes, cumprindo os seus

princípios e diretrizes, sendo que o profissional de educação física quando está inserido numa equipe multiprofissional de saúde, consegue trazer as ações da especificidade de sua prática para melhorar de forma direta e indireta a saúde e a qualidade de vida das pessoas envolvidas. Para Araújo e Rosa (2017):

A prática de atividade física deve alcançar toda a comunidade, visto que deve ser desenvolvida não somente para a população saudável, mas também para aquelas pessoas com agravos manifestos da saúde ou em situações de maior vulnerabilidade. Assim, uma avaliação física deve ser realizada pelo profissional, o qual deve ter pleno domínio de conhecimento referente a protocolos de testes e suas adequações de acordo com: aptidão cardiorrespiratória do avaliado; indicações e contra-indicações para realizar testes; indicações de interrupção de testes; preparo de pacientes para realizar os testes; funcionamento de equipamentos; fisiologia do exercício e das respostas hemodinâmicas e respiratórias ao exercício físico; princípios e detalhes da avaliação e objetivos a serem alcançados (ARAÚJO; ROSA, 2017, p. 101).

O educador físico faz a orientação e avaliação dos pacientes mediante fatores, como exemplo, a intensidade e o tipo dos exercícios de acordo com o peso, a circunferência e a estatura, considerando as avaliações dos demais profissionais da equipes que acompanham o paciente. O trabalho do educador pode apreender consultas individuais para realizar anamnese específica, a avaliação e a orientação acerca das atividades físicas e das sessões de ginástica postural de forma individual ou em grupo, por meio de exercícios de resistência muscular, alongamento e relaxamento, entre outros, visando melhorar a prontidão dos pacientes durante a realização das atividades cotidianas. Conforme Pacheco e Soares (2016):

O profissional deve estar capacitado para fazer parte da equipe multidisciplinar da saúde, pois ele trabalhará com atividades de gestão e também lidará com políticas de saúde, além, é claro, das práticas corporais e atividades físicas elaboradas aos usuários. Para uma atuação efetiva e eficaz, esse profissional (bacharel) deve acompanhar e contribuir para as transformações na área da saúde, mantendo-se atualizado nas práticas intervencionistas (PACHECO; SOARES, 2016, p.142).

Na atualidade, o Ministério da Saúde tem criado vários programas de medicina preventiva, visando o fortalecimento da saúde pública no país, essa atuação vem crescendo mais a cada dia. Neste sentido, associam-se os cuidados médicos, os tratamentos medicamentosos junto com à prática de atividades físicas dentro da área da saúde. As atividades desenvolvidas individual ou coletiva podem ser de caminhada, atividades lúdicas e fortalecimento muscular. As potencialidades do trabalho desse profissional podem ser observadas pelos outros profissionais da equipe multiprofissional, pois o educador físico poderá desenvolver atividades físicas, práticas corporais na atenção à saúde da população, sendo um facilitador para que as pessoas se tornem ativas fisicamente, contribuindo para melhorar a qualidade de vida.

2.2 A prática do educador físico na recuperação de pacientes com Covid 19

Com a atual pandemia do novo coronavírus, denominada COVID-19, verifica-se um grande desafio à saúde pública. Mundialmente estão sendo implementadas medidas ambiciosas pelos governos, por organizações não governamentais e por indivíduos, visando evitar a disseminação do vírus e evitar a sobrecarga do sistema de saúde.

Nessa pandemia, o impacto do coronavírus é crescente, sendo que, pessoas com condições clínicas como: doenças respiratórias, metabólicas, cardiovasculares e hipertensão incidem como fatores de risco para agravamento do COVID-19. Observa-se que, a prática de exercícios físicos apresenta-se como medida benéfica para melhorar a imunidade e a prevenção, servindo como tratamento auxiliar para as doenças crônicas e as infecções virais, entre elas, o novo coronavírus. O exercício físico tem um efeito protetor do sistema imunológico, sendo crucial para responder apropriadamente à ameaça da COVID-19.

A realização de exercícios físicos, regulares de intensidade moderada a vigorosa, segundo as diretrizes do Colégio Americano de Medicina do Esporte (ACSM), irão: melhorar as respostas imunológicas à infecções; diminuir a inflamação crônica de baixo grau e melhorar os marcadores imunológicos e inflamatórios em vários estados de doenças, incluindo câncer, HIV, doenças cardiovasculares, diabetes, comprometimento cognitivo e obesidade (NOGUEIRA et al, 2020, p.04).

A prática da atividade física volta-se pela busca de uma melhor qualidade de vida e um estado geral de saúde e bem-estar físico e emocional, inclusive proporcionando a possibilidade de aumento de vínculos interpessoais, pois, observa-se que, a atividade física é uma ferramenta eficiente para fortalecimento das relações sociais.

Na relação direta contra os mecanismos fisiopatológicos da COVID-19, a atividade física tem potencial de reduzir a gravidade da doença, diminuindo a inflamação sistêmica, mobilizando células do sistema imunológico, aumentando a imunovigilância do indivíduo pré e pós-infecção, agindo como prevenção e atenuação dos sintomas (...). Os benefícios que as atividades físicas de intensidade moderada fornecem ao funcionamento do sistema imunológico, sobretudo na diminuição da inflamação sistêmica, sugerem que essa pode ser uma estratégia preventiva ou atenuadora da severidade dos sintomas da COVID-19, inclusive em indivíduos com comorbidades (GOMES; PAULA, 2020, p. 24).

A atividade física apresenta relação direta contra os mecanismos fisiopatológicos da COVID-19, tendo potencial para diminuir a gravidade dessa doença, reduzindo a inflamação sistêmica, como também mobilizando as células do sistema imunológico, com aumento da imunovigilância da pessoa pré e pós a infecção, age na prevenção, atenuando os sintomas.

O exercício físico regular proporciona proteção contra várias doenças crônicas não transmissíveis, oferecendo proteção contra as infecções virais e bacterianas, melhorando as respostas imunológicas do organismo. Desta forma, o exercício físico torna-se uma ferramenta

efetiva de grande importância para a prevenção e atenuação do agravamento dos sintomas e reabilitação de doenças infecciosas, entre elas, a COVID-19.

Ressalta-se que, para que uma atividade física propicie benefícios potencializados e os riscos reduzidos, se torna importante a correta orientação profissional, com respeito aos princípios básicos de prescrição individualizada, planejando a atividade física em exercício físico apropriado às necessidades do indivíduo. Uma atividade adequada pode maximizar os efeitos protetivos. Conforme Gomes e Paula (2020):

(...) A função imunológica seja aumentada por meio de atividade física adequada, antes de se contrair a COVID-19, sendo uma opção protetora não farmacológica contra a doença, visando diminuir a severidade dos sintomas, acelerar a recuperação pós infecção e evitar óbitos. O exercício físico pode, entretanto, ser utilizado durante a infecção, de forma controlada e assistida por profissionais, como meio de promover a reabilitação do paciente às condições de saúde anteriores à infecção pelo SARS-CoV-2. Inclusive, a prática regular de exercícios físicos pode melhorar as respostas imunológicas à vacinação, que se encontra atualmente em estágios avançados de testes (GOMES; PAULA, 2020, p. 28).

Os profissionais de educação física apresentam grande importância no trabalho multiprofissional na recuperação de paciente com Covid 19, podendo realizar a prática correta das atividades e exercícios físicos, com indicação dos cuidados e limites que o paciente deve realizar durante a prática, promovendo treinamentos para melhoria do desempenho diário, condicionamento físico e bem-estar. Para Martins e Soeiro (2020):

O exercício físico deve estar presente atuando na fase de prevenção mantendo o sistema imunológico alerta, aprimorando a função endotelial, reduzindo o estresse oxidativo e diminuindo a inflamação. Nesse contexto, os autores propuseram que o exercício deve seguir as recomendações quanto à intensidade moderada para favorecer e aprimorar o sistema imune (MARTINS; SOEIRO, 2020, p.245).

A prática da atividade física é fundamental, não que ela seja a protagonista, porém ela contribui para melhorar a qualidade de vida esperada. Verifica-se que, a atividade física contribui para trazer regulações endócrinas relevantes para a manutenção emocional e a perspectiva de uma saúde clínica.

Do ponto de vista emocional, a atividade física propicia a regulação do metabolismo, visando conferir sensações de alegrias, sorrisos, prazeres, redução do estresse e também os prazeres da vida. A atividade física torna-se uma grande aliada na luta contra o alcoolismo, o tabagismo e das drogas ilícitas, contribui na redução da obesidade, conservando os níveis de glicose e colesterol. A estabilidade fisiológica vem ser adquirida ao longo do desenvolvimento da prática da atividade física, proporcionando à estabilidade muscular, indubitavelmente, a pessoa que pratica atividade física regular confere grande estabilidade, ocorrendo o

condicionamento do seu corpo conforme essas atividades, possuindo maior proteção articular por conta da resistência muscular, auxiliando na proteção do organismo.

3. METODOLOGIA

Esta pesquisa é referenciada por uma pesquisa bibliográfica, onde inicialmente foi realizado um mapeamento de obras, como: livros, documentos, dissertações, teses e artigos entre outros materiais, pois essa seleção de autores contribuiu com subsídios teóricos para a pesquisa, a fim de se realizar uma investigação teórica para elaboração deste trabalho.

Com o processo de revisão bibliográfica tornou-se possível o aprofundamento da temática: “A contribuição do profissional de educação física em equipe multiprofissional para recuperação de pacientes pós covid 19” permitindo desta forma a elaboração teórica.

A periodicidade para a coleta de dados e elaboração da pesquisa corresponde aos meses de Abril a Maio de 2021, utilizando como fonte, referências bibliográficas publicadas nos últimos anos, e também disponíveis em revistas eletrônicas que discutem a presente temática.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O modelo atual de saúde é direcionado para a promoção e recuperação da saúde, com ênfase na prevenção de doenças e agravos, abrindo um campo para que o Professor de Educação Física venha atuar nos serviços do Sistema Único de Saúde. Verificou-se que, nessa área, o educador físico contribui na criação de ações e estratégias para a proteção, promoção e recuperação dos indivíduos, de forma integral e contínua. Compreendeu-se que, a prática da atividade física de forma regular e orientada favorece e contribui para a formação de um estilo saudável de vida, reduzindo os fatores de riscos capazes de acometer a saúde da população, mediante uma medida preventiva. Dessa forma, o Professor de Educação Física apresenta um papel primordial para que a população adquira um estilo de vida ativo.

Essa revisão bibliográfica tornou possível a compreensão da importância do educador físico na reabilitação de pacientes acometidos pela Covid 19. Concluiu-se que, as práticas sistematizadas de atividades físicas planejadas por estes profissionais, enquanto fator de reabilitação, avalia a estratificação dos riscos dos pacientes, fazendo a recomendação de exercícios físicos adequados com a intensidade apropriada.

Por fim, observou-se que é muito importante a inserção do profissional de educação física na equipe multiprofissional de recuperação de pacientes acometidos pela Covid 19, tendo em vista que a sua atuação pode trazer vários benefícios para o processo de recuperação à saúde e promoção da qualidade de vida e saúde da população.

REFERÊNCIAS

ARAÚJO, Andressa. ROSA, Leonardo. **O profissional de educação física na saúde coletiva: inserção no RS.** Caderno pedagógico, Lajeado, v. 14, n. 2, p. 99-109, 2017. ISSN 1983-0882.

BRASIL. **Constituição Federal da República.** Brasília: Câmara Federal, 1988.

GOMES, Bernardo. PAULA, Wenderson. **Efeitos do exercício físico na prevenção e atenuação da severidade dos sintomas e na reabilitação de indivíduos infectados por Sars-Cov-2.** Brasília: UniCEUB, 2020.

FYDRISZEWSKI, Gabriela. **O papel do profissional de educação física na recuperação de indivíduos infartados:** opinião de médicos cardiologistas. Santa Rosa: UNIJUÍ, 2014.

MARTINS, Lilian. SOEIRO, Renato. **Exercício físico e Covid-19:** aspectos de saúde, prevenção e recuperação: uma breve revisão narrativa. Revista Educação Física, Vol 89, 2020.

MARTINS, Welton Alves et al. LICENCIADOS EM EDUCAÇÃO FÍSICA ATUANTES NA ÁREA DO BACHAREL: UM ESTUDO NAS CIDADES DA SERRA GERAL DE MINAS GERAIS. **RACE-Revista de Administração do Cesmac**, v. 4, p. 204-228, 2019.

NOGUEIRA, Carlos et al. **Precauções e recomendações para a prática de exercício físico em face do COVID-19:** uma revisão integrativa. São Paulo: ORCID, 2020.

PACHECO, Rafael. SOARES, Maria. **A atuação do profissional de Educação Física em equipes multidisciplinares da saúde pública e privada.** Ensaios & Diálogos, Rio Claro, v. 9, n. 1, p. 139-158, jul./dez. 2016.

TAVARES, Adriano. PINTO, Ricardo. **O professor de educação física no programa saúde da família (PSF).** Belém: UEPA, 2011.

TAVARES, Francisco. SANTOS, Silvia. **O exercício físico e a Covid-19:** Quando o trabalho conduz ao Sedentarismo e substitui a Atividade Física. Rev. on Line Mult. Psic. V.14, N. 51 p. 1084-1095, Julho/2020 - ISSN 1981-1179.