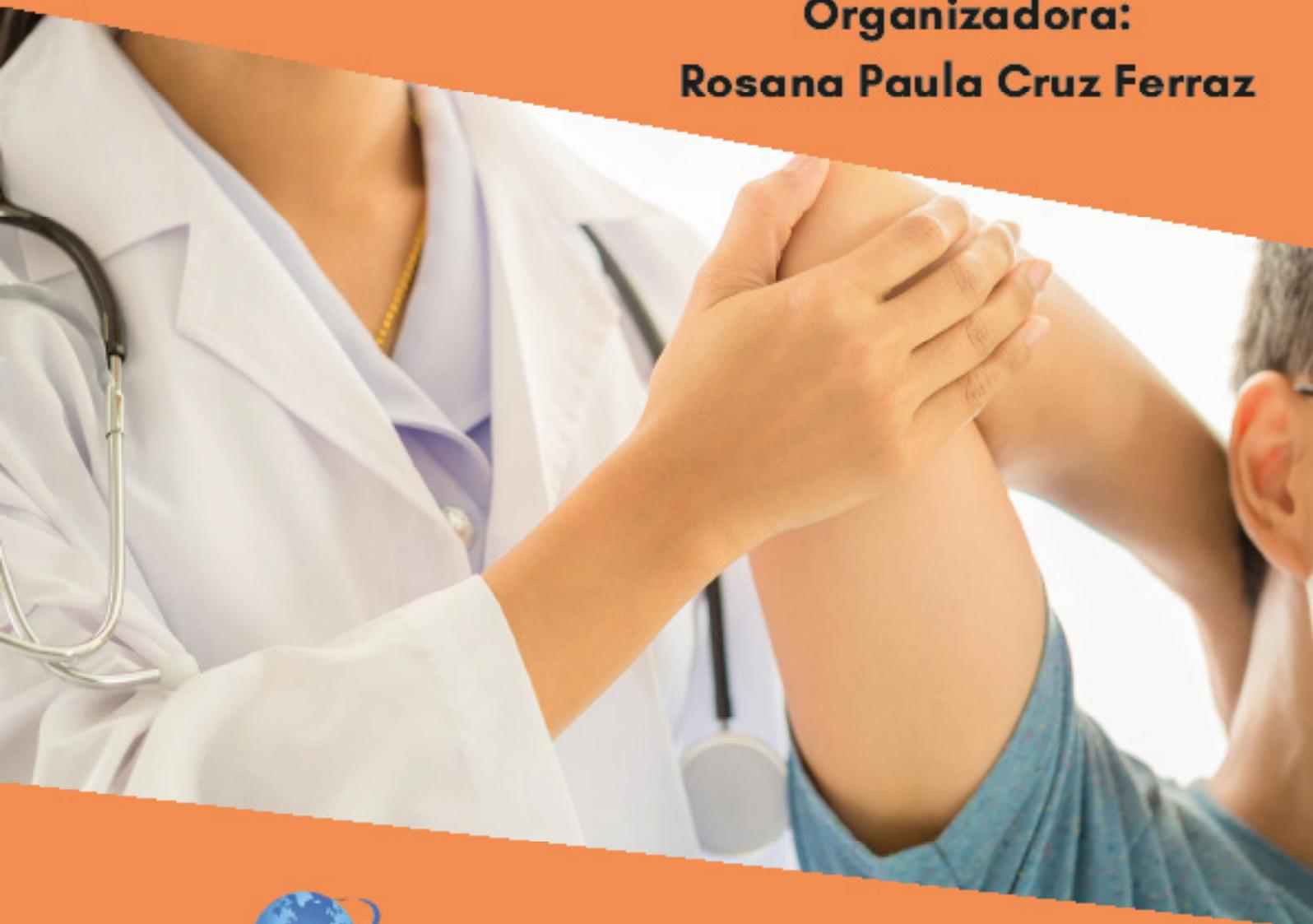


SAÚDE PÚBLICA NO SÉCULO XXI: UMA ABORDAGEM SOBRE A FISIOTERAPIA

VOLUME 1

Organizadora:
Rosana Paula Cruz Ferraz



SAÚDE PÚBLICA NO SÉCULO XXI: UMA ABORDAGEM SOBRE A FISIOTERAPIA

VOLUME 1

**Organizadora:
Rosana Paula Cruz Ferraz**



Editora Omnis Scientia

SAÚDE PÚBLICA NO SÉCULO XXI: UMA ABORDAGEM SOBRE A FISIOTERAPIA

Volume 1

1ª Edição

Triunfo – PE

2020

Editor-Chefe

Me. Daniel Luís Viana Cruz

Organizador (a)

Ma. Rosana Paula Cruz Ferraz

Conselho Editorial

Dra. Pauliana Valéria Machado Galvão

Dr. Wendel José Teles Pontes

Dr. Walter Santos Evangelista Júnior

Dr. Cássio Brancaleone

Dr. Plínio Pereira Gomes Júnior

Editores de Área – Ciências da Saúde

Dra. Camyla Rocha de Carvalho Guedine

Dr. Leandro dos Santos

Dr. Hugo Barbosa do Nascimento

Dra. Pauliana Valéria Machado Galvão

Assistentes Editoriais

Thialla Larangeira Amorim

Andrea Telino Gomes

Imagem de Capa

Freepik

Edição de Arte

Leandro José Dionísio

Revisão

Os autores



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons – Atribuição-NãoComercial-SemDerivações 4.0 Internacional.

O conteúdo abordado nos artigos, seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva dos autores.

**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(eDOC BRASIL, Belo Horizonte/MG)**

S255 Saúde pública no século XXI [livro eletrônico] : uma abordagem sobre a fisioterapia: volume 1 / Organizadora Jannieres Darc da Silva Lira. – Triunfo, PE: Omnis Scientia, 2020.
75 p. : il. ; PDF

Inclui bibliografia

ISBN 978-65-991674-8-5

DOI 10.47094/978-65-991674-8-5

1. Fisioterapia – Pesquisa – Brasil. 2. Política de saúde – Brasil.
3. Saúde pública. I. Lira, Jannieres Darc da Silva.

CDD 616

Elaborado por Maurício Amormino Júnior – CRB6/2422

Editora Omnis Scientia

Triunfo – Pernambuco – Brasil

Telefone: +55 (87) 99656-3565

editoraomnisscientia.com.br

contato@editoraomnisscientia.com.br



PREFÁCIO

A fisioterapia surgiu, a muito tempo atrás, com as primeiras tentativas dos nossos ancestrais de diminuir uma dor esfregando o local dolorido. Daí passou a evoluir com o tempo tornando-se sofisticada, principalmente, por meio das técnicas de exercícios terapêuticos. Como ciência surgiu no intuito de reabilitar as pessoas que sofreram lesões e ferimentos graves nas duas grandes guerras mundiais, ao ponto de perde suas capacidades produtivas e a qualidade de vida. Atualmente, em todo o mundo, o desafio do profissional de fisioterapia é o mesmo de sua origem. Agora os lesionados, feridos e mutilados, não veem apenas dos conflitos armados. Comunidades carentes tomadas pelo crime organizado, geram números de casos semelhantes a zonas em guerra em outras partes do mundo. E o trânsito, por meio de acidentes cada dia mais violentos, aleija, mata, incapacita ao ponto de ser considerado uma epidemia. Assim o profissional fisioterapeuta, começa a ser “convocado” todos os dias a entrar em uma batalha pela recuperação de pessoas que carecem não só dos exercícios em virtude de uma incapacitação temporária, mas para dar qualidade de vida para pessoas que apresentam patologias congênitas ou genéticas, que podem ter uma sobrevida ou uma vida mais digna, por meio de mãos abençoadas pelo conhecimento para curar. Mesmo após tantos anos de existência, ainda é considerada uma ciência em construção, com paradigmas da profissão em abertos e em franca evolução, buscando mais conhecimento científico, revertendo-o em benefícios para todos. Este livro, trás simples, mas importantes contribuições de aspirantes e profissionais fisioterapeutas.

Em nossos livros selecionamos um dos capítulos para premiação como forma de incentivo para os autores, e entre os excelentes trabalhos selecionados para compor este livro, o premiado foi o capítulo 1, intitulado “Projeto fisio em casa: estratégia de popularização da ciência fisioterapia no contexto midiático digital”.

SUMÁRIO

CAPÍTULO 1.....10

PROJETO FISIO EM CASA: ESTRATÉGIA DE POPULARIZAÇÃO DA CIÊNCIA FISIOTERAPIA NO CONTEXTO MIDIÁTICO DIGITAL

Ariely Nunes Ferreira de Almeida

Aline Navarro Mota

Nathália Uchôa de Oliveira

DOI: 10.47094/978-65-991674-8-5.10-24

CAPÍTULO 2.....25

ATUAÇÃO DO FISIOTERAPEUTA EM PACIENTES COM DOENÇAS RENAIIS CRÔNICAS EM TRATAMENTO DE HEMODIÁLISE: REVISÃO LITERÁRIA

Vitoria Regia Alves Mesquita

Luis Felipe Alves Sousa

Maria Beatriz Ribeiro Nogueira

Mayara Braz Seridó de Sousa

Maria Vitalina Alves de Sousa

Glícia Maria de Oliveira Damasceno

Elyza da Silva Roque

Cayo Fontenele Magalhães Brandão

Jessica Juliane Nascimento dos Santos

Samila Sousa Vasconcelos

Lourenço Rubem Moura Rodrigues Júnior

DOI: 10.47094/978-65-991674-8-5.25-35

CAPÍTULO 3.....36

FISIOTERAPIA NA ATENÇÃO BÁSICA: PERCEPÇÕES EM RELAÇÃO À FORMAÇÃO ACADÊMICA

Jaíne Lobo Moreira Santana

Jamilton Alves Dias

Matheus Maciel Pauferro

DOI: 10.47094/978-65-991674-8-5.36-45

CAPÍTULO 4.....46

EXERCÍCIO FÍSICO NA ESPONDILITE ANQUILOSANTE: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Micaela Freire Fontoura

Danielle Pereira Oliveira

Taciana Maria Lefundes de Souza Paiva

Thaiane Freire Fontoura

Deise Arianne Alves Santos

Janara Oliveira Nascimento

Larissa Pires da Silva Novais

Inês de Souza Fraga

Larissa Lima Leal

DOI: 10.47094/978-65-991674-8-5.46-56

CAPÍTULO 5.....57

PRINCIPAIS ALTERAÇÕES MOTORAS EM CRIANÇAS COM TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA (TEA)

Bruna Marques Teixeira

Fabiana Teixeira de Carvalho

DOI: 10.47094/978-65-991674-8-5.57-62

CAPÍTULO 6.....63

REABILITAÇÃO VISUAL EM CRIANÇAS: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

Bruna Marques Teixeira

DOI: 10.47094/978-65-991674-8-5.63-66

CAPÍTULO 7.....67

IMPORTÂNCIA DA FISIOTERAPIA NA ESTIMULAÇÃO PRECOCE NA SÍNDROME DE DOWN: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

Bruna Marques Teixeira

DOI: 10.47094/978-65-991674-8-5.67-70

PROJETO FISIO EM CASA: ESTRATÉGIA DE POPULARIZAÇÃO DA CIÊNCIA FISIOTERAPIA NO CONTEXTO MIDIÁTICO DIGITAL

Ariely Nunes Ferreira de Almeida

Universidade Federal do Amapá, Macapá. Amapá, Brasil

<http://lattes.cnpq.br/4689374859220537>

<https://orcid.org/0000-0001-5788-6920>

Aline Navarro Mota

Universidade Federal do Amapá, Macapá. Amapá, Brasil

<http://lattes.cnpq.br/9479140975334720>

Nathália Uchôa de Oliveira

Universidade Federal do Amapá, Macapá. Amapá, Brasil

<http://lattes.cnpq.br/3256100022702710>

RESUMO: A Fisioterapia exerce seu papel para além do caráter reabilitador da profissão e atua em ações de educação e promoção em saúde individual e coletiva. O projeto FISIO EM CASA do curso de Fisioterapia da Universidade Federal do Amapá- UNIFAP produz conteúdo midiático digital à comunidade acadêmica e público em geral como estratégia de promoção à saúde e popularização da ciência Fisioterapia, incentivando a prática de exercícios terapêuticos em casa. Os vídeos educativos são disponibilizados nas redes sociais e abordam exercícios terapêuticos para a saúde da coluna vertebral, ginástica laboral, orientações posturais e ergonômicas para as atividades da vida diária, exercícios respiratórios, exercícios de mobilidade articular, coordenação e equilíbrio, esclarecimentos sobre a atuação da fisioterapia no contexto comunitário, hospitalar e domiciliar, além de outros temas transversais em saúde. Todos os vídeos possuem a tradução para Língua Brasileira de Sinais permitindo maior acessibilidade do conteúdo midiático educativo à população. O projeto permite a socialização do saber científico da Fisioterapia e de temas transversais em saúde com a comunidade em geral, contribuindo para educação e promoção à saúde individual e coletiva em tempos de pandemia, prevenção do sedentarismo, de comorbidades, reabilitação e manutenção da qualidade de vida das pessoas no ambiente domiciliar.

PALAVRAS-CHAVE: Fisioterapia. Saúde pública. Educação em Saúde.

FISIO EM CASA PROJECT: STRATEGY FOR THE POPULARIZATION OF PHYSIOTHERAPY SCIENCE IN THE DIGITAL MEDIA CONTEXT

ABSTRACT: Physiotherapy exercises its role beyond the rehabilitation character of the profession and acts in education and promotion actions in individual and collective health. The FISIO EM CASA project of the Physiotherapy course at the Federal University of Amapa - UNIFAP produces digital media content for the academic community and the general public as a strategy to promote health and popularize the science of Physiotherapy, encouraging the practice of therapeutic exercises at home. The educational videos are available on social networks and address therapeutic exercises for the health of the spine, occupational gymnastics, postural and ergonomic guidelines for the activities of daily living, breathing exercises, joint mobility exercises, coordination and balance, clarifications on the performance of the physiotherapy in the community, hospital and home context, in addition to other cross-cutting themes in health. All videos have a translation into Brazilian Sign Language allowing greater accessibility of educational media content to the population. The project allows the socialization of the scientific knowledge of Physiotherapy and transversal themes in health with the community in general, contributing to the promotion of collective health in times of pandemic, prevention of physical inactivity, comorbidities, rehabilitation and maintenance of the quality of life of people at home.

KEYWORDS: Physiotherapy. Public health. Health education.

1. INTRODUÇÃO

A Fisioterapia foi instituída no Brasil como profissão de nível superior em 1969, através da publicação do Decreto-lei nº 938/1969, constituindo atividade privativa do fisioterapeuta executar métodos e técnicas fisioterápicos com a finalidade de restaurar, desenvolver e conservar a capacidade física do cliente.

O caráter reabilitador associado à criação da profissão e sua formação enraizou a assistência da Fisioterapia com foco na atenção terciária, rotulando o fisioterapeuta como reabilitador, voltando-se apenas para uma pequena parte de seu objeto de trabalho, que é tratar a doença e suas sequelas. Essa lógica de conceitualização, durante muito tempo, excluiu da rede básica os serviços de Fisioterapia, acarretando uma grande dificuldade de acesso da população a esse serviço e impedindo o profissional de atuar na atenção primária (RIBEIRO, 2002).

Diante dos novos desafios da sociedade brasileira, com profundas mudanças na organização social, no quadro epidemiológico e na organização dos sistemas de saúde, surgiu a necessidade do

redimensionamento do objeto de intervenção da Fisioterapia, que deveria aproximar-se do campo da promoção da saúde e da nova lógica de organização dos modelos assistenciais, sem abandonar suas competências concernentes à reabilitação (BISPO JUNIOR, 2010). Surge então, a proposição do modelo da Fisioterapia Coletiva como base para reorientação do foco de atenção e da prática profissional do fisioterapeuta. A Fisioterapia coletiva engloba e amplia a Fisioterapia reabilitadora, possibilitando o desenvolvimento da prática fisioterapêutica que engloba ações voltadas para educação e promoção em saúde, na prevenção de riscos e agravos, pensando no indivíduo e na coletividade (GUIMARAES DUARTE DOMINGUEZ; MERCHAN-HAMANN, 2004; FREITAS; BRASIL, 2016)

No cenário coletivo e atual de pandemia por coronavírus (COVID-19), infecção que causa síndrome respiratória aguda grave pelo coronavírus 2 (SARS-CoV-2), a Fisioterapia tem papel importante na promoção à saúde e reabilitação após COVID-19, atuando na recuperação do sistema respiratório e de outros sistemas acometidos pela doença, da mobilidade e função dos indivíduos, contribuindo para o retorno destes à participação na sociedade, maximizando suas capacidades funcionais e qualidade de vida (SHEEHY, 2020). Destarte, a reabilitação domiciliar é apontada como uma boa opção e pode ser mais segura para pacientes que se recuperaram do COVID-19, pela facilidade de isolamento em casa e redução da carga sobre os serviços de internação. A terapia em casa pode ser fornecida pela internet e telefone via telereabilitação (SHEEHY, 2020).

O enfrentamento à pandemia do Coronavírus requer esforços de diferentes setores, atores e instituições da sociedade. No campo saúde, para além de medidas macropolíticas, como a aquisição e garantia de leitos hospitalares, respiradores e medidas farmacológicas; faz-se fundamental e urgente a adoção de estratégias de educação em saúde por meio de práticas educativas e ações de cuidado pautadas nas tecnologias leves (CECCON; SCHNEIDER, 2020).

A educação em saúde, com foco na interatividade das mídias em geral, proporciona a socialização de conhecimentos que melhoram a saúde e a qualidade de vida da população. A aproximação da comunidade com os profissionais de saúde, o diálogo constante, a valorização do saber popular e o uso de linguagem menos científica facilitam a apreensão das informações veiculadas (SILVA; LINHARES, 2016).

Nessa perspectiva, o projeto FISIO EM CASA do curso de Fisioterapia da Universidade Federal do Amapá (UNIFAP) surge como estratégia de promoção à saúde e popularização da ciência Fisioterapia no período de quarentena devido à pandemia causada pelo vírus COVID-19, com objetivo de proporcionar à comunidade acadêmica e em geral o acesso a um conteúdo de educação em saúde prático, útil e acessível para ser feito em casa.

Os vídeos, produzidos por estudantes e professora do curso de Fisioterapia, contaram com a parceria da Pró-Reitoria de Gestão de Pessoas da Universidade Federal do Amapá e incluem na primeira temporada exercícios terapêuticos como alongamento e fortalecimento muscular para coluna vertebral, ginástica laboral, exercícios respiratórios e de mobilidade articular para membros superiores e inferiores. Além de orientações posturais para as atividades da vida diária e orientações ergonômicas para o trabalho e/ou estudo remoto. Na segunda temporada do projeto foram incluídos

vídeos com perguntas e respostas sobre atuação da Fisioterapia no contexto hospitalar e domiciliar, exercícios terapêuticos para coordenação e equilíbrio, para mobilidade de punhos e dedos, exercícios para pessoas com alterações neurológicas e temas transversais em saúde sobre orientações de profissionais das áreas de Nutrição e Educação Física abordando assuntos como sobrepeso, nutrição, atividade física, exercícios para emagrecimento e hipertrofia. Todos os vídeos possuem a tradução para Língua Brasileira de Sinais (LIBRAS), permitindo maior acessibilidade do conteúdo midiático educativo à população.

2. METODOLOGIA

O Projeto FISIO EM CASA iniciou suas atividades no dia 24 de abril de 2020, por meio de reuniões virtuais entre a docente coordenadora do projeto e as acadêmicas do curso de Fisioterapia para o planejamento das atividades a serem executadas. Para as duas primeiras temporadas do projeto foram elaborados um plano de ação contendo 12 episódios (vídeos), cada temporada. A escolha dos temas dos vídeos e exercícios executados foram definidos em comum acordo pela equipe executora. A comunicação e o estudo com as alunas foram feitos por meio de aplicativos como WhatsApp e Telegram. A docente é a responsável pela supervisão técnica dos exercícios e as acadêmicas pela roteirização, protagonização e edição dos vídeos. Após avaliação dos vídeos pela professora eles são encaminhados aos profissionais intérpretes da LIBRAS e assessoria de comunicação da UNIFAP para finalização das versões a serem disponibilizadas na página oficial, canal do YouTube e redes sociais da instituição e do projeto, disponíveis em: <https://www.facebook.com/unifapoficial/> e <https://www.instagram.com/unifapoficial/> e <https://www.instagram.com/fisioemcasaunifap/>.

Para a produção dos vídeos são utilizados equipamentos de iluminação, máquinas filmadoras, computadores, celulares e softwares de edição de vídeos. A linguagem empregada pelas acadêmicas é adaptada ao público em geral (jovem ao idoso), permitindo uma fácil compreensão dos exercícios e orientações propostas e melhor alcance dos objetivos educacionais do projeto.

A avaliação da aprendizagem acadêmica é fornecida pela docente através de feedback sobre o desempenho das estudantes em cada vídeo produzido, tomando como referência o alcance dos objetivos educacionais e as competências alcançadas pelas alunas no desenvolvimento das atividades. O reforço positivo é fornecido as estudantes tendo como parâmetro a execução e explicação dos exercícios de maneira correta e os aspectos a serem melhorados são apontados sempre de maneira construtiva.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

3.1. Planejamento e Descrição das ações

Tabela 1- Plano de ação do Episódios da 1ª temporada da série FISIO EM CASA

Tema dos vídeos	Plano educativo/objetivos	Intervenção
Episódio 1- Alongamento para começar o dia.	Ensinar/Demonstrar exercícios matinais para aquecer e preparar as estruturas corporais para as atividades cotidianas	Alongamento da musculatura do pescoço e cervical, peitoral, coluna lombar com foco em extensão e flexão e posterior de coxa. Manter a posição do alongamento entre 10 e 30 segundos e repetir 2 vezes.
Episódio 2- Exercícios para a saúde da coluna vertebral.	Ensinar/demonstrar exercícios terapêuticos para desenvolver a força e resistência dos músculos posturais e melhorar a conscientização e o controle da postura da coluna	Alongamento e fortalecimento muscular para a coluna vertebral com uso ou não de materiais alternativos (toalha, lençol, garrafa pet, pacote de
Episódio 3- Orientações posturais cotidianas.	Simular situações cotidianas em que geralmente as pessoas adotam posturas inadequadas e, em seguida, demonstrar as adequações posturais seguras para execução daquela atividade, a fim de prevenir fadiga, dores e vícios posturais.	Posturas durante transporte de mochila escolar, levantamento de objetos do chão, para lavar roupas, ao dirigir carro, transporte de sacolas de compras, na cadeira, adaptação de cadeira com almofada para conforto da coluna lombar e sacral e maneiras confortáveis para dormir.
Episódio 4- Ginástica laboral preparatória.	Ensinar/Demonstrar exercícios de ginástica laboral para o começo do expediente de trabalho e/ou estudo remoto, para aquecer e preparar a musculatura e articulações do corpo que serão utilizadas na atividade.	Alongamento de membros superiores (pescoço, braço, antebraço e punho), membros inferiores (isquiotibiais e panturrilha). Manter a posição do alongamento por 10 segundos e repetir 2 vezes. Exercícios aeróbicos de baixa intensidade (corrida estática, levantamento de joelho, chute, flexão e extensão de calcanhar).
Episódio 5- Ginástica laboral de pausa.	Ensinar/Demonstrar exercícios de ginástica laboral para serem feitos na pausa do trabalho e/ou estudo remoto que está sendo executado, a fim de evitar fadiga, dores e adoção de vícios posturais. Adaptações ergonômicas no ambiente de trabalho home office.	Ajuste postural laboral em frente ao computador (nivelamento de pés, conforto da coluna lombar e sacral e posicionamento de membros superiores na mesa com punhos livres para digitação). Alongamentos de membros superiores na cadeira (flexão, extensão e rotação de dedos e punho, rotação e flexão de tronco, flexão e extensão de pés, flexão e extensão de cervical). Manter a posição do alongamento por 10 segundos e repetir uma única vez.

<p>Episódio 6- Exercícios respiratórios, parte 1.</p> <p>Episódio 7- Exercícios respiratórios, parte 2.</p> <p>Episódio 8- Exercícios respiratórios, parte 3.</p>	<p>Ensinar técnicas de respiração e treinamento da musculatura ventilatória para melhoria da função pulmonar visando ganho de expansão torácica e fortalecimento diafragmático.</p>	<p>Respiração diafragmática direta, com pausa única e fracionada (soluço), elevação dos membros superiores conjugado com respiração diafragmática, expiração com canudo no copo com água, enchimento de balão/bexiga em uma única expiração, abdução, flexão e extensão pausada de membros superiores com inspirações fracionadas (visando aumento da expansão torácica), rotação de tronco com lateralização de braço e inspiração e expiração única, expiração com compressão diafragmática, inspiração e expiração com flexão de membro inferior unilateral e conjunta.</p> <p>Realizar 3 séries de 10 repetições cada.</p>
<p>Episódio 9- Mobilidade de ombros.</p>	<p>Ensinar/demonstrar exercícios para mobilidade da articulação do ombro e extensibilidade do tecido conjuntivo e musculatura para melhoria da função dos ombros</p>	<p>Abdução de membros superiores com flexão e sem flexão de cotovelo na parede, flexão com rotação de ombro utilizando o cabo e apenas rotação de ombro livre.</p> <p>Realizar 3 séries de 10 repetições.</p>
<p>Episódio 10- Mobilidade de coluna e quadril.</p>	<p>Ensinar/demonstrar exercícios para mobilidade das articulações da coluna lombar e quadril e extensibilidade do tecido conjuntivo e musculatura para melhoria da função da região lombopélvica</p>	<p>Flexão de quadril e joelho unilateral de membro inferior, alongamento do músculo piriforme, flexão simultânea de joelho, quadril e cervical, rotação de tronco com flexão de joelhos e rotação de cervical simultaneamente.</p> <p>Realizar 3 séries de 10 repetições cada.</p>
<p>Episódio 11- Mobilidade de joelho e tornozelo.</p>	<p>Ensinar/demonstrar exercícios para mobilidade das articulações tibiofemorais, patelofemorais e talocrurais e extensibilidade do tecido conjuntivo para melhoria da função dos joelhos e tornozelos.</p>	<p>Flexão e extensão de joelho unilateral com dorsiflexão do pé, flexão e extensão de joelho bilateral simultânea, flexão de um joelho com extensão do contralateral com extensão de quadril e dorsiflexão e flexão plantar de tornozelo.</p> <p>Realizar 3 séries de 10 repetições cada.</p>
<p>Episódio 12- Despedida da 1ª temporada.</p>	<p>Relembrar os temas abordados nos episódios anteriores, ratificando a importância da prática de exercício físico durante o período de isolamento social.</p>	<p>Despedida e interação com o público para saber quais temas de interesse para uma próxima temporada.</p>

Fonte: Próprias autoras

O plano de ação descrito na Tabela 1 incluiu exercícios terapêuticos como o alongamento que visa aumento da mobilidade dos tecidos moles e das estruturas que tiveram encurtamento adaptativo, melhora a amplitude de movimento e flexibilidade (CESAR *et al.*, 2018).

Os exercícios de fortalecimento para a saúde da coluna vertebral são importantes porque a perda da estabilidade segmentar desta região pode gerar sobrecarga ou estiramento excessivo das estruturas articulares internas durante os movimentos globais do corpo e predispor ao aparecimento de disfunções osteomioarticulares e de sintomas dolorosos envolvendo a coluna vertebral (SIQUEIRA; SILVA, 2011). Portanto, alongamento global, fortalecimento muscular e orientações para saúde da coluna vertebral são os focos dos episódios 1, 2 e 3, respectivamente.

Os episódios 4 e 5 voltam-se aos cuidados durante trabalho ou estudo remoto nessa quarentena, onde, provavelmente, as pessoas estão passando mais tempo na posição sentada em frente ao computador. A ginástica laboral consiste em exercícios específicos realizados no próprio local de trabalho, atuando de forma preventiva e terapêutica, leve e de curta duração, com intuito de diminuir o número de acidentes de trabalho, reduzir doenças ocupacionais, prevenir a fadiga muscular, corrigir vícios posturais, aumentar a disposição do funcionário ao iniciar e retornar ao trabalho, promover maior integração no ambiente da empresa (GRANZOTTO *et al.*, 2019). A ergonomia procura a adaptação confortável e produtiva entre o ser humano e seu trabalho, basicamente procurando adaptar as condições de trabalho às características do homem (MENDES; LEITE, 2008).

A Fisioterapia respiratória dispõe de grande variedade de técnicas capazes de intervir na mecânica respiratória. Dentre elas, destacam-se os exercícios respiratórios que modificam a intensidade da atividade muscular respiratória com a finalidade de influenciar a ventilação pulmonar (BRITTO; BRANT; PARREIRA, 2008). Os episódios 6, 7, 8 podem ajudar as pessoas em casa na recuperação pós-aguda de infecção pelo COVID-19 por meio da reabilitação respiratória, mas os exercícios devem ser feitos com cautela para evitar sobrecarregar o sistema respiratório e causar desconforto.

A mobilidade é um dos componentes da aptidão física sendo importante para a execução de movimentos simples ao mais complexos e os exercícios de mobilidade articular são estratégias efetivas de aquecer e otimizar o desempenho da força (SILVA *et al.*, 2017), podendo ser praticados nos episódios 9, 10 e 11. O episódio final é um convite à próxima temporada da série.

Tabela 2- Plano de ação do Episódios da 2ª temporada da série FISIO EM CASA

Tema dos vídeos	Plano educativo/objetivos	Intervenção
Episódio 1- Fisio em Casa responde: Atendimentos de fisioterapia na Unifap?	Divulgar as áreas de atendimento ofertadas ao público em geral pelos projetos extensionistas do Curso de Fisioterapia/Unifap; Esclarecer sobre os procedimentos para solicitar o atendimento.	Resposta e orientações a pergunta realizada pelo público ao projeto.

<p>Episódio 2- Exercícios para coordenação e equilíbrio estático e dinâmico</p>	<p>Ensinar/demonstrar exercícios terapêuticos para desenvolver e aperfeiçoar movimentos que requerem coordenação motora e equilíbrio, a fim de melhorar a propriocepção e consequentemente movimentos finos do indivíduo, como desenhar, por exemplo.</p>	<p>Exercício de coordenação em pronação e supinação em ambas as mãos. Repetir o movimento simultâneo 12 vezes;</p> <p>Exercício de pinçamento com cada um dos dedos. Repetir 12 vezes em cada uma das mãos;</p> <p>Exercício dedo ao dedo do terapeuta. Repetir 12 vezes com o indicador de ambos os lados.</p> <p>Exercício calcanhar joelho. Repetir 12 vezes em cada perna.</p> <p>Exercício andar sobre o calcanhar, caminhada pequena para frente e para trás.</p>
<p>Episódio 3- Exercícios para punho e dedos</p>	<p>Ensinar/demonstrar exercícios terapêuticos para fortalecer e alongar as musculaturas dos punhos e dedos para desenvolver a força e resistência dos músculos;</p> <p>Melhorar a conscientização corporal e o controle dos dedos e punhos.</p>	<p>Alongamento dos flexores do antebraço, manter a posição por 12 segundos e repetir 3 vezes.</p> <p>Alongamento dos extensores do antebraço, manter a posição por 12 segundos e repetir 3 vezes.</p> <p>Exercício dobrando o polegar, repetir 3 séries de 12 vezes em ambas as mãos.</p> <p>Abdução e adução de todos os dedos simultaneamente, repetir 3 séries de 12 repetições em ambas as mãos.</p> <p>Exercício de reforço de aperto com uma bola, repetir 3 séries de 12 repetições em ambas as mãos.</p>
<p>Episódio 4- Físio em Casa responde: Qual a atuação da fisioterapia no âmbito hospitalar?</p>	<p>Informar os setores hospitalares que o fisioterapeuta atua (enfermarias, Unidade ou centro de terapia intensiva);</p> <p>Ressaltar a importância do profissional para evitar complicações motoras, neurológicas e respiratórias provenientes do internamento.</p>	<p>Resposta e orientações a pergunta realizada pelo público ao projeto.</p>

<p>Episódio 5- Exercícios domiciliares para pessoas com Parkinson</p>	<p>Divulgar projeto extensionista da Unifap que assiste indivíduos com a doença de Parkinson;</p> <p>Ensinar/demonstrar exercícios para coordenação e equilíbrio, marcha e dupla tarefa para pessoas com Parkinson, com a finalidade de melhorar essas funções e diminuir a probabilidade de queda.</p>	<p>Participação de Fisioterapeuta membro do projeto extensionista para Parkinson da Unifap;</p> <p>Sentar e levantar da cadeira sem utilizar as mãos como apoio. Repetir 3 séries de 10 repetições;</p> <p>Realizar a marcha nórdica. Repetir 3 séries de 12 repetições em uma área intermediária (10 metros);</p> <p>Caminhada com parada brusca. Repetir 3 séries de 12 repetições em uma área intermediária (10 metros);</p> <p>Exercício com dupla tarefa (andar + pegar um objeto + falar). Repetir 3 séries de 12 repetições por uma área intermediária (10 metros).</p>
<p>Episódio 6- Físio em Casa responde: Sobre peso tem a ver com dor lombar?</p>	<p>Informar e demonstrar que o sobrepeso pode influenciar em posturas disfuncionais que sobrecarregam a região lombar;</p> <p>Orientar sobre alimentação saudável</p>	<p>Resposta e orientações a pergunta realizada pelo público ao projeto;</p> <p>Participação de Nutricionista com orientações sobre nutrição e alimentação equilibrada para evitar o sobrepeso</p>
<p>Episódio 7- Hipertrofia e exercícios resistidos para membros superiores</p>	<p>Ensinar/demonstrar exercícios para manutenção e ganho de massa magra a fim de manter a funcionalidade muscular de membros superiores;</p> <p>Prevenir a sarcopenia para manutenção da qualidade de vida do indivíduo.</p>	<p>Participação de profissional Educador Físico com orientações sobre exercícios e hipertrofia</p> <p>Exercício desenvolvimento dos braços. Repetir 3 séries de 12 repetições</p> <p>Rosca direta. Repetir 3 séries de 12 repetições</p> <p>Exercício para tríceps com halter. Repetir 3 séries de 12 repetições.</p> <p>Elevação lateral dos braços. Repetir 3 séries de 12 repetições</p>
<p>Episódio 8- Hipertrofia e exercícios resistidos para membros inferiores</p>	<p>Ensinar/demonstrar exercícios para manutenção e ganho de massa magra, a fim de manter a funcionalidade muscular de membros inferiores;</p> <p>Prevenir a sarcopenia para manutenção da qualidade de vida do indivíduo.</p>	<p>Participação de profissional Educador Físico com orientações sobre exercícios e hipertrofia</p> <p>Agachamento livre. Repetir 3 séries de 12 repetições;</p> <p>Cadeira extensora. Repetir 3 séries de 12 repetições</p> <p>Flexão de joelho. Repetir 3 séries de 12 repetições</p> <p>Panturrilhas. Repetir 3 séries de 12 repetições</p>
<p>Episódio 9- Exercício aeróbico de alta intensidade</p>	<p>Ensinar/demonstrar exercícios aeróbicos com a finalidade de aumentar a capacidade respiratória e melhorar a saúde cardiovascular.</p>	<p>Participação de profissional Educador Físico com orientações sobre treinamento intervalado de alta intensidade (HITT)</p> <p>Treino de corrida estática. Repetir 10 vezes por 1 minuto e descansar 1 minuto entre as repetições.</p>

Episódio 10- Exercícios aeróbicos por meio do treinamento funcional	Ensinar/demonstrar exercícios aeróbicos com a finalidade de aumentar a capacidade respiratória e melhorar a saúde cardiovascular	Participação de profissional educador físico com orientações sobre treinamento funcional Treino de circuito aeróbico com 3 exercícios: corrida com obstáculos, prancha e polichinelo. Fazer 1 minuto cada exercício, com 30 segundos de descanso entre eles.
Episódio 11- Exercícios domiciliares para controle de tronco na reabilitação neurológica	Ensinar/demonstrar exercícios para estimular o controle de tronco, consciência corporal, propriocepção, equilíbrio e coordenação em indivíduos com distúrbios neurológicos	Flexão e extensão do quadril em supinação com o deslizamento da bola. Repetir 3 séries de 12 repetições. Elevação de quadril. Repetir 3 séries de 12 repetições. Controle de tronco em bola. Estimular 3 séries de 30 segundos.
Episódio 12- Físio em Casa responde: Atendimento de fisioterapia pós Covid-19?	Informar sobre o trabalho “ <i>home care</i> ” da fisioterapia para o tratamento pós Covid-19. Ensinar/demonstrar exercícios respiratórios domiciliares	Resposta e orientações a pergunta realizada pelo público ao projeto. Participação de Fisioterapeuta executando exercícios respiratórios práticos e simples para serem feitos em casa.

Fonte: Próprias autoras

O plano de ação da segunda temporada (Tabela 2) apresentou no primeiro episódio informações referentes às atividades extensionistas ofertadas no bloco do curso de Fisioterapia da UNIFFAP, como ações de promoção à saúde para a comunidade local.

Os episódios 2, 5 e 11 auxiliam na reabilitação domiciliar de indivíduos com alterações neurológicas que, de forma geral, resultam em sequelas significativas ao equilíbrio estático e dinâmico desses indivíduos, inclusive sendo um dos principais focos de reabilitação de pacientes com a doença de Parkinson. A maioria dos parkinsonianos apresenta uma interação deficitária dos sistemas responsáveis pelo equilíbrio corporal e, por conseguinte, tende a deslocar o centro de gravidade para frente. Além disso, os sujeitos acometidos se tornam incapazes de realizar movimentos compensatórios para readquirir a estabilidade estática e dinâmica do corpo, gerando, com certa frequência, situações de quedas (CHRISTOFOLETTIL *et al.*, 2010).

No episódio 3, os exercícios para punhos e dedos podem se apresentar como estratégia para prevenção e alívio de dor e incômodos adjacentes nessas estruturas articulares que podem estar comprometidas por processos inflamatórios e/ou degenerativos multifatoriais. Desta forma, destacam-se como objetivos do tratamento fisioterapêutico para reabilitação de punho e dedos: o alívio da dor, o combate ao processo inflamatório, a preservação da amplitude de movimento articular e da atividade muscular (aumento da força e resistência muscular), a prevenção de deformidades, a promoção do bem-estar físico, psíquico e social e, conseqüentemente, a melhora da funcionalidade do indivíduo (SCHNORNBERGER; JORGE; WIBELINGER, 2017).

Os episódios 4 e 12 ressaltam, respectivamente, a importância do fisioterapeuta no contexto assistencial hospitalar e na reabilitação domiciliar, também conhecida como *Home Care*. Um indivíduo em processo de internação pode apresentar comprometimento de diversos sistemas corporais, tais como o sistema respiratório, distúrbios neurológicos, gastrointestinais e musculoesqueléticos (SILVA; SOUSA, 2020). Portanto, a atuação do fisioterapeuta é essencial desde a fase mais precoce da doença a fim de limitar a gravidade de todas as sequelas decorrentes do processo de internação, o que permite uma recuperação funcional mais rápida e acelera o processo de alta hospitalar. Por sua vez, após a alta hospitalar, são diversos os motivos que levam o paciente ou sua família a optar pela assistência fisioterapêutica domiciliar, em vez do atendimento convencional em uma clínica de Fisioterapia, sendo esses motivos desde uma incapacidade físico funcional, como uma restrição ao leito, até a comodidade e praticidade desse tipo de atendimento (SILVA; DURÃES; AZOUBEL, 2011). O exercício do fisioterapeuta em *Home Care* é respaldado pela Resolução-COFFITO nº 474 e compreende a consulta, o atendimento e a internação domiciliar, podendo ser executado nos três níveis de atenção à saúde, por fisioterapeutas que atuam de forma autônoma ou em equipe multidisciplinar.

Os episódios de 6 a 10 abordam temas transversais em saúde tais como alimentação saudável, sobrepeso e dor lombar, atividade física para emagrecimento e fortalecimento muscular, advindos do interesse do público nas redes sociais do projeto FISIO EM CASA e contaram com a participação de convidados, profissionais das áreas de Fisioterapia, Nutrição e Educação Física. A adesão a uma rotina alimentar adequada e saudável e a prática regular de atividade física são estratégias mundiais para o enfrentamento da obesidade e sedentarismo (BRASIL, 2014) e, portanto, devem ser promovidas e popularizadas. O treinamento intervalado de alta intensidade (HIIT) tem sido considerado uma estratégia eficiente na melhora da aptidão física, redução da gordura corporal e melhora nos indicadores clínicos (MACHADO *et al.*, 2018). Os treinos aeróbicos e os exercícios físicos resistidos contribuem para manutenção do peso adequado e ganho de massa magra. Ademais, a atividade física diminui o estresse, melhora a autoestima, a capacidade cardiorrespiratória, a força muscular e a coordenação, previne a fragilidade, a sarcopenia e a dinapenia, além de minimizar o risco de quedas (SILVA; SOUSA, 2020).

3.2. Avaliação dos objetivos educacionais

O projeto mostrou-se enriquecedor para a formação acadêmica das estudantes do curso de Fisioterapia pois, mesmo em afastamento das atividades presenciais do curso devido à pandemia de COVID-19, possibilitou que as acadêmicas pudessem revisar conteúdos teóricos e práticos inerente à matriz curricular do curso, revelando habilidades, atitudes e competências importantes para formação do perfil profissional, conforme avaliação pela professora coordenadora do projeto (Tabela 3).

Tabela 3- Objetivos educacionais alcançados pelas acadêmicas do curso de Fisioterapia/UNIFAP

Conhecimento teórico	Habilidades	Atitudes	Competências
-Anatomia e fisiologia humana	-Comunicação eficaz	-Demonstraram iniciativa e interesse	-Correlacionaram a teoria com a prática
-Fisiologia do exercício	-Adequação da linguagem técnica-científica para linguagem de fácil entendimento ao público-alvo	-Apresentação pessoal (vestimenta) adequada ao cenário de prática	-Demonstraram motivação e iniciativa no desenvolvimento das atividades
-Cinesiologia	-Demonstraram raciocínio clínico satisfatório na adaptação dos exercícios para o ambiente doméstico	-Adoção de postura ética, empática e respeitosa ao público	-Foram capazes de praticar a escuta ativa
-Biomecânica	-Execução dos exercícios em sequência lógica, eficiente e correta	-Compromisso na entrega dos vídeos	-Propuseram soluções diante de eventuais problemas identificados
-Cinesioterapia	-Domínio de tecnologias de comunicação e informação		
-Ergonomia e Saúde do trabalhador	-Liderança e capacidade de tomar decisões		
-Fisioterapia respiratória	-Autogestão da aprendizagem		
-Fisioterapia comunitária			
-Saúde Pública			

Fonte: Próprias autoras

4. CONCLUSÃO

O conteúdo midiático do projeto FISIO EM CASA possibilita a socialização do saber científico da Fisioterapia com orientações e exercícios terapêuticos significativos para a comunidade em geral, incentivando o autocuidado e manutenção da saúde física das pessoas no ambiente doméstico. O projeto como tecnologia leve revelou-se estratégia inovadora e complementar ao processo de ensino-aprendizagem do curso de Fisioterapia, contribuindo para reforço cognitivo dos componentes curriculares e treinamento de habilidades inerentes à práxis fisioterapêutica. Ademais, a popularização do conteúdo midiático contribui para prevenção do sedentarismo, de comorbidades, na reabilitação e melhoria da qualidade de vida das pessoas em suas casas.

5. DECLARAÇÃO DE INTERESSES

Os autores declaram não haver conflitos de interesses

6. AGRADECIMENTOS

Agradecemos a todos aqueles que nos deram o suporte para que o Projeto Físio em Casa se materializasse: Ao Magnífico Reitor da Universidade Federal do Amapá (UNIFAP), Prof. Dr. Júlio Sá de Oliveira e à Pró-reitora de Gestão de Pessoas, Cleidiane Facundes Monteiro Nascimento; à Luanda Melo e equipe da PROGEP. Aos intérpretes da Língua Brasileira de Sinais do Curso de Letras Libras-UNIFAP: Maykon Queiroz, Milene Suely Cordeiro, Rodrigo Ferreira, Tatiana Pantoja e Tamila Lima. À Ingrid Borges e equipe da Assessoria de comunicação da UNIFAP pelo apoio na edição, publicação e divulgação dos vídeos. Ao Alexandre Almeida pela arte gráfica do projeto. Ao convidados Cleuton Braga, Fábio Rangel, Laura de Miranda e Wallen Matheus por suas participações especiais nos episódios da 2ª temporada.

7. REFERÊNCIAS

BISPO JUNIOR, José Patrício. Fisioterapia e saúde coletiva: desafios e novas responsabilidades profissionais. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 15, supl. 1, p. 1627-1636, 2010. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1413-81232010000700074>. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232010000700074. Acesso em: 4 out. 2020.

BRASIL. Decreto-lei n. 938, de 13 de outubro de 1969. Provê sobre as profissões de fisioterapeuta e terapeuta ocupacional, e dá outras providências. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, Seção I, p. 3658, 14 out. 1969.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Estratégias para o cuidado da pessoa com doença crônica: obesidade**. Brasília: Ministério da Saúde, (Cadernos de Atenção Básica, n. 38), 2014. 212 p.

BRITTO, Raquel Rodrigues; BRANT, Tereza Cristina Silva; PARREIRA, Verônica Franco. **Recursos manuais e instrumentais em Fisioterapia Respiratória**. 2. ed. São Paulo: Manole, 2008.

CECCON, Roger Flores; SCHNEIDER, Ione Jayce Ceola. Tecnologias leves e educação em saúde no enfrentamento à pandemia da COVID-19. **SciELO Public Health**; 2020. Disponível em: <https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwjC5Z3DsZvsAhXBIBkGHV6EBcAQFjAAegQIBhAC&url=https%3A%2F%2Fpreprints.scielo.org%2Findex.php%2FsciELO%2Fpreprint%2Fdownload%2F136%2F160%2F146&usg=AOvVaw1LF-sgIdpfyoxLIV15Rf0G>. Acesso em: 4 out. 2020.

CESAR, Eurico Peixoto *et al.* Comparação de dois protocolos de alongamento para amplitude de movimento e força dinâmica. **Rev Bras Med Esporte**, São Paulo, v. 24, n. 1, p. 20-25, jan. 2018. DOI: <https://doi.org/10.1590/1517-869220182401160677>. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/rbme/v24n1/1806-9940-rbme-24-01-00020.pdf>. Acesso em: 3 out. 2020.

CHRISTOFOLETTI, Gustavo *et al.* Eficácia de tratamento fisioterapêutico no equilíbrio estático e

dinâmico de pacientes com doença de Parkinson. **Fisioter. Pesqui.**, São Paulo, v.17, n.3, p. 259-63, 2010. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1809-29502010000300013>. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-29502010000300013&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 4 out. 2020.

FREITAS, Maria Joseane; BRASIL, Antonio Maurício Rodrigues. Capabilities and challenges of physical therapy in the context of primary health care: documental analysis. **Saúde em Redes**, v.2, n. 3, p. 262-272, 2016. DOI: <https://doi.org/10.18310/2446-48132016v2n3.730g108>. Disponível em: http://revista.redeunida.org.br/ojs/index.php/rede-unida/article/view/730/_3. Acesso em: 4 out. 2020.

GRANZOTTO, Alberto *et al.* Workplace gymnastics assessment by employees of a footwear retail store. **Braz. Ap. Sci. Rev.**, Curitiba, v.3, n.6, p.2345-2363, nov./dez. 2019. DOI:10.34117/basrv3n6-005. Disponível em: https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&ved=2ahUKEwjI-r_FpZvsAhUjA9QKHUEvB5QQFjAAegQIARAC&url=http%3A%2F%2Fwww.brazilianjournals.com%2Findex.php%2FBASR%2Farticle%2Fdownload%2F4358%2F4086&usg=AOvVaw3T6v2dvSSu4e_VvKQzZUk. Acesso em: 4 out. 2020.

GUIMARAES DUARTE DOMINGUEZ, Aldira; MERCHAN-HAMANN, Edgar. Kinesioterapia colectiva: repensando el papel del kinesiólogo en la sociedad brasileña. **Rev Cubana Salud Pública**, Ciudad de La Habana, v.30, n.3, sept. 2004. Disponível em: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-34662004000300014. Acesso em: 4 out. 2020.

MACHADO, Alexandre Fernandes *et al.* Bodyweight High-Intensity Interval Training: a systematic review. **Rev Bras Med Esporte**, v. 24, n.3, 2018. DOI: <https://doi.org/10.1590/1517-869220182403176199>. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/rbme/v24n3/1806-9940-rbme-24-03-00234.pdf>. Acesso em: 4 out. 2020.

MENDES, Ricardo Alves.; LEITE, Neiva. **Ginástica laboral: princípios e aplicações práticas**. 2 ed, Barueri, São Paulo: Manole, 2008.

RESOLUÇÃO COFFITO Nº 474, DE 20 DE DEZEMBRO DE 2016 – **Normatiza a atuação da equipe de Fisioterapia na Atenção Domiciliar/Home Care**. Disponível em: <https://www.coffito.gov.br/nsite/?p=6296>. Acesso em: 4 out. 2020.

RIBEIRO, Katia Suely Queiroz Silva. A atuação da fisioterapia na atenção primária à saúde. **Fisioterapia Brasil**, v.3, n.5, p.311-318, 2002. DOI: <http://dx.doi.org/10.33233/fb.v3i5.2976>. Disponível em: <https://portalatlanticaeditora.com.br/index.php/fisioterapiabrasil/article/view/2976>. Acesso em: 4 out. 2020.

SHEEHY, Lisa Mary. Considerations for Postacute Rehabilitation for Survivors of COVID-19. **JMIR Public Health Surveill**, v.6, n.2, e.19462, 2020. DOI: 10.2196/19462. Disponível em: <https://publichealth.jmir.org/2020/2/e19462/>. Acesso em: 4 out. 2020.

SILVA, Bianca Ferreira Nunes da, *et al.* Efeitos agudos do aquecimento específico e exercícios de mobilidade articular no desempenho de repetições máximas e volume de treinamento. **ConScientiae Saú-**

de, v.16, n.1, pp. 50-57, 2017. Disponível em: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=92952141006>. Acesso em: 4 out. 2020.

SILVA, Luzia Wilma Santana da; DURÃES, Argleydsson Mendes; AZOUBEL, Roberta. Fisioterapia domiciliar: pesquisa sobre o estado da arte a partir do Niefam. **Fisioter. Mov.**, Curitiba, v. 24, n. 3, p. 495-501, jul./set. 2011. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/fm/v24n3/14.pdf>. Acesso em: 4 out. 2020.

SILVA, Mayanna de Jesus; LINHARES, Ronaldo Nunes. Mídia, saúde e educação: um estudo teórico. **Revista Eletrônica Debates em Educação Científica e Tecnológica**, ISBN: 2236-2150. v. 6, n. 1, p. 115-134, mar., 2016. Disponível em: https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwjTgdaxrZvsAhU4K7kGHUxrDIUQFjAAeg-QIAhAC&url=https%3A%2F%2Ffojs2.ifes.edu.br%2Findex.php%2Fdect%2Farticle%2Fdownload%2F611%2F370&usg=AOvVaw2EjKEAQuVrAFnZmDwW9_x-. Acesso em: 4 out. 2020.

SILVA, Rodrigo Marcel Valentim da; SOUSA, Angelica Vieira Cavalcanti de. Fase crônica da COVID-19: desafios do fisioterapeuta diante das disfunções musculoesqueléticas. **Fisioter. Mov.**, Curitiba, v. 33, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/1980-5918.033.ed02>. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0103-51502020000100101&script=sci_arttex. Acesso em: 4 out. 2020.

SIQUEIRA, Gisela Rocha de; SILVA, Giselia Alves Pontes da. Alterações posturais da coluna e instabilidade lombar no indivíduo obeso: uma revisão de literatura. **Fisioter. Mov**, v.24, n.3, p.557-566, Curitiba, 2011. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/fm/v24n3/20.pdf>. Acesso em: 4 out. 2020.

SCHNORNBERGER, Caroline de Macedo; JORGE, Matheus Santos Gomes; WIBELINGER, Lia Mara. Efeitos da cinesioterapia na força de preensão palmar, na dor e na qualidade de vida de mulheres com artrite reumatoide. **Rev Ter Ocup Univ São Paulo**. v.28, n.3, p. 325-32, 2017. DOI: <https://doi.org/10.11606/issn.2238-6149.v28i3p325-332>. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/rto/article/view/111476>. Acesso em: 4 out. 2020.

ÍNDICE REMISSIVO

A

ações de educação 9
alongamentos passivos 68, 70
alteração cromossômica 72, 73
alterações motoras 62, 63, 64, 65, 66
alterações motoras e comportamentais 62, 63
alterações visuais 68, 71
ambiente domiciliar 9
anomalia cardíaca 72, 73
aquisições motoras 68, 70, 72, 74
articulações 14, 16, 38, 52, 53
articulações periféricas 52, 53
aspectos motores finos e grossos 62, 65
atenção básica 41, 44, 49, 50
atenção integral 41, 42, 46
atenção primária 10, 27, 41, 43, 44, 49, 50
Atenção Primária a Saúde (APS) 41, 42
atrasos na fala 62, 63
atuação da fisioterapia 9, 19, 27, 30
atuação do fisioterapeuta 23, 32, 38, 41, 43, 44, 45, 46, 47

B

baixa visão 68
base genética 52, 53
benefícios no tratamento 52

C

capacidade funcional 30, 32, 34, 35, 37, 38, 39, 59
capacidade funcional e emocional 30
caráter reabilitador 9, 10
cegueira 68, 69
coluna vertebral 9, 11, 13, 16, 52, 53, 54, 59
comorbidades 9, 25
condicionamento físico 52, 60
condições físicas 30, 37
contato ocular 68, 71
contato social 68, 71
conteúdo midiático digital 9
convívio familiar 62, 65
coordenação e equilíbrio 9, 12, 18, 20, 62, 63, 68, 69, 70
crianças com TEA 62, 64, 65, 66

D

Deficiência visual 68, 70
déficits e limitações 62, 65
déficits na integração 72, 74
desenvolvimento motor 62, 64, 65, 66, 68, 69, 72, 73, 74, 75
desenvolvimento neuropsicomotor 63, 69, 71, 72, 73

desenvolvimento psicomotor e cognitivo 68, 69
destreza manual 62, 63
distúrbios no desenvolvimento 62, 63, 74
doença renal crônica (DRC) 30, 33
doença reumática 52, 53

E

espondilite 52, 53, 54, 55, 56, 57, 59, 61
Espondilite Anquilosante (EA) 52, 53, 54, 59, 60
estereotipação de movimentos 62, 63
estimulação fisioterapêutica 68, 70
Estimulação precoce 72
estímulos sensoriais 62, 63
exercícios de mobilidade articular 9, 17, 27
exercícios e técnicas 72, 74
exercícios físicos 24, 38, 52, 54, 60
exercícios isométricos 68, 70
exercícios respiratórios 9, 11, 17, 23
exercícios terapêuticos 9, 11, 16, 18, 19, 25
expressões faciais 68, 71

F

fases de evolução 68, 69
fator de risco 62, 65
filtração do sangue 30
fisioterapia 18, 23, 30, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 43, 44, 45, 47, 48, 49, 50, 68, 69, 70, 72, 73, 74, 75
força muscular 24, 30, 35, 38, 54, 59, 61
função física 30, 32
função renal 30, 31
função respiratória 34, 52

G

ginástica laboral 9, 11, 14, 17

H

habilidades funcionais 72, 74
hemodiálise 30, 31, 32, 33, 35, 37, 38, 39, 40
hiperflexibilidade articular 72, 73
hipotonia muscular 72, 73

I

independência funcional 72, 73
inflamação das articulações 52, 53
interação social 64, 68, 71
intervenções terapêuticas 68, 71

L

língua protrusa 72, 73

M

modelo de saúde 41, 42
morbidade 30

N

nível de estresse 62, 65
nível motor 62, 66
nível terciário de atenção a saúde 41, 44

O

olhos com fendas palpebrais oblíquas 72, 73
orientações posturais 9, 11

P

paciente dialítico 30
padrões anormais 68, 70, 72, 74
padrões motores atípicos 72, 73
pandemia 9, 11, 24, 26
patologia 32, 41, 44
percepções sensoriais ou corporais 62, 63
pressão arterial 30
problemas de saúde 41, 42
procedimentos cirúrgicos 68, 70
processo de desenvolvimento 68, 69
profissional generalista 41, 44
projeto FISIO EM CASA 9, 11, 24, 25
promoção à saúde 9, 11, 23

Q

qualidade de vida 9, 11, 21, 25, 28, 30, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 43, 54, 59, 60, 61, 70
qualidade funcional 68, 70

R

reabilitação 9, 11, 17, 22, 23, 25, 38, 41, 43, 45, 47, 52, 54, 60, 61, 68, 70
redes sociais 9, 12, 24
risco cardiovascular 52, 60

S

saúde individual e coletiva 9
sedentarismo 9, 24, 25
síndrome de down 72, 73, 75
Síndrome de Down 72, 73, 74, 75
sistema de saúde 41, 42, 43, 46, 47
sistemas vestibular 68, 71
Sistema Único de Saúde (SUS) 41, 42, 49, 50
sociabilização restrita 62, 63
socialização do saber científico 9, 25
substâncias indesejáveis 30

T

técnicas cinesioterápicas 68, 70
transtorno do Espectro Autista (TEA) 62, 63
trissomia do 21 72, 73

V

visão 45, 46, 47, 68, 69, 70, 71

editoraomnisscientia@gmail.com



<https://editoraomnisscientia.com.br/>



@editora_omnis_scientia



<https://www.facebook.com/omnis.scientia.9>



editoraomnisscientia@gmail.com



<https://editoraomnisscientia.com.br/>



@editora_omnis_scientia



<https://www.facebook.com/omnis.scientia.9>

