

1895

TCHÊ MEXE: PROGRAMA DE EXERCÍCIOS FÍSICOS NA ATENÇÃO PRIMÁRIA

CATEGORIA DO TRABALHO: PRÁTICAS INSTITUCIONAIS INOVADORAS

Emilian Rejane Marcon, Rafael Vilar Rodrigues, Silmara Chaves Cauduro, Laura Luna Martins, Niceli Guth
HOSPITAL DE CLÍNICAS DE PORTO ALEGRE

Introdução: O exercício físico promove benefícios antropométricos, metabólicos, neuromusculares e psicológicos em indivíduos, independente da idade, gênero ou comorbidades existentes. O aumento do número e no grau de DCNT gera novos desafios para o SUS, tornando essencial o fortalecimento de políticas de prevenção e promoção da saúde. **Objetivo:** Descrever o programa de exercícios físicos TCHÊ MEXE, da UBS Santa Cecília do HCPAM. **Métodos:** O programa TCHÊ MEXE conta com práticas de promoção e assistência à saúde, desenvolvidas através de aulas envolvendo exercícios físicos e orientações nutricionais, com o objetivo de favorecer a introdução de hábitos saudáveis em diferentes populações atendidas na UBS Santa Cecília. As aulas foram desenvolvidas em uma área esportiva voltada para os funcionários do hospital, com 40 a 50 participantes por sessão, 4 vezes por semana, com duração de uma hora, envolvendo diferentes modalidades desportivas e materiais (bambolês, bandas elásticas, etc) doados por empresas privadas ou confeccionados pelo próprio professor. 206 pacientes encaminhados pela equipe da UBS, foram acompanhados presencialmente, até março de 2020. Os pacientes eram orientados a executar os movimentos conforme a sua condição física e cadeirantes ou com outras restrições físicas realizavam as atividades sentados e participaram de todas as atividades respeitando as suas limitações. Atuaram neste programa, um professor de educação física, 1 estagiário não obrigatório, estagiários curriculares, alunos do PICCAP-HCPA e alunos de grupo de pesquisa MOVE-HCPA. Após a aula de exercícios físicos, os pacientes participaram de um espaço de diálogo com as nutricionistas, focado não só a perda de peso, mas a adoção de hábitos alimentares saudáveis. Trimestralmente foram realizadas oficinas onde os pacientes levavam os alimentos solicitados e produziam diversas receitas para degustação e aprendizado da substituição de alimentos não saudáveis. **Conclusão:** A atividade física cumpre um importante papel preventivo e terapêutico e deve, portanto, ser parte integrante das ações ofertadas na APS. TCHÊ MEXE é um exemplo de atividade possível com poucos recursos, baseada na comunidade e que agregou boa convivência entre os participantes e promoção da saúde em pessoas anteriormente sedentárias. A conscientização das equipes a respeito desta temática é fundamental, pois o estímulo à adesão aos diferentes programas depende do empenho da equipe neste propósito.

1937

FISIOTERAPIA INTRA-HOSPITALAR EM PACIENTE COM ATROFIA MUSCULAR ESPINHAL TIPO I: RELATO DE CASO

CATEGORIA DO TRABALHO: RELATO DE CASO ÚNICO

Giovana Morin Casassola, Caroline Jacoby Schmidt, Guilherme Hoff Affeldt, Diogo Romário Bezerra Guerin, Cristina Miller, Debora Sana Moraes, Leticia Pinto Kras Borges Alvarenga, Bruna Ziegler
HOSPITAL DE CLÍNICAS DE PORTO ALEGRE

Introdução: A atrofia muscular espinhal (AME) é uma doença neuromuscular degenerativa, de origem autossômica recessiva, caracterizada pela degeneração dos neurônios motores alfa, resultando em atrofia muscular progressiva. Existem vários subtipos da doença, classificada com base na idade de início dos sintomas. A AME tipo I é caracterizada por ser a forma mais grave, onde as manifestações clínicas têm início antes dos 6 meses de idade. **Descrição do caso:** Paciente do sexo feminino, 3 meses, com diagnóstico de AME tipo I. Internou previamente em outro hospital por engasgo com as mamadas e atraso no DNPM. Apresentou esforço respiratório, com necessidade de transferência para unidade de terapia intensiva e intubação orotraqueal. Foi extubada em abril de 2021 e veio transferida para a internação pediátrica do HCPA em uso de ventilação não invasiva (VNI) com interface nasal para otimização do tratamento neurológico e ventilatório. A VNI é importante para esses pacientes pois atua na correção da troca gasosa e na redução do trabalho respiratório. Cabe ao fisioterapeuta auxiliar na escolha da interface adequada, nos ajustes dos parâmetros do ventilador e na adaptação de ambos. Durante sua internação foram realizados atendimentos fisioterapêuticos diários com o intuito de otimizar a função e minimizar as deficiências do sistema respiratório e muscular. As técnicas de higiene brônquica são combinadas em técnicas manuais e dispositivos que auxiliam a tosse com insuflação-exsuflação mecânica. A fisioterapia motora é baseada em preservar a função

muscular e evitar deformidades e contraturas, além de ganhos funcionais de acordo com as possibilidades da criança. São realizados alongamentos globais visando a manutenção da amplitude de movimento, o uso de órteses e talas para posicionamentos, assim como técnicas passivas e ativa-assistidas. Os atendimentos também contam com educação em saúde, onde os familiares recebem capacitação para realizar as técnicas com mais frequência durante o decorrer do dia. A paciente permaneceu internada até Junho de 2021, nesse período realizou três aplicações do medicamento Nusinersena (específico para AME). Teve alta mantendo o acompanhamento domiciliar com equipe multiprofissional. Conclusão: O foco principal deste estudo foi o papel da fisioterapia intra-hospitalar nos cuidados do paciente com AME tipo I. Importante salientar que, por ser uma patologia complexa, pacientes com AME demandam acompanhamento de equipe multiprofissional.

1949

TESTE DE CAMINHADA DE 6 MINUTOS EM CRIANÇAS EM IDADE ESCOLAR NASCIDAS PREMATURAS NO HOSPITAL DE CLÍNICAS DE PORTO ALEGRE

CATEGORIA DO TRABALHO: PESQUISA

Laura Silveira de Moura, Rafael Oliveira Fernandes, Marina Abs da Cruz Rodrigues, Simone Lanius Dos Reis, Cláudia Ferri, Valentina Coutinho Baldoto Gava Chakr, Renato Soibelman Procianoy, Paula Maria Eidt Rovedder, Rita de Cássia Dos Santos Silveira

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL

HOSPITAL DE CLÍNICAS DE PORTO ALEGRE

Introdução: O Teste de Caminhada de 6 minutos (TC6M) é utilizado para a avaliação da capacidade funcional de indivíduos, avaliando a tolerância ao exercício em um teste submáximo. Sendo a prematuridade um fator de risco para doenças crônicas com o avançar da idade e que a prática de atividade física é uma das estratégias para prevenir tais desfechos, ainda são limitadas as informações sobre nível de atividade física em escolares que nasceram muito prematuros. **Objetivo:** Comparar a capacidade física entre crianças nascidas prematuras e escolares nascidos a termo, pareados por idade e sexo. **Métodos:** Estudo transversal observacional de uma coorte de crianças nascidas prematuras entre 2008-2012 no HCPA e acompanhadas pelo Ambulatório do Prematuro, CEP-HCPA 2019-0571. **População:** prematuros com idade entre 8 a 12 anos. **Crterios de exclusão:** deficiêncianeurocognitiva, neuromuscular ou cardiorrespiratória que comprometessem a realização das avaliações clínicas e funcionais. As crianças realizaram avaliação clínica e TC6M de acordo com os critérios da American Thoracic Society(ATS). Os achados foram comparados com banco de dados do grupo de pesquisa de escolares saudáveis nascidos a termo submetidos ao TC6M. A comparação entre os dois grupos foi realizada através de Teste-t ou teste U de Mann-Whitney, considerando significativo $p < 0.05$. **Resultados:** 25 crianças prematuras com 11 ± 1 anos, peso 39 ± 10 Kg, altura 145 ± 9 cm e IMC 18 ± 3 kg/cm²) percorreram 553 ± 56 metros ao final do TC6M, o que representa $90 \pm 8\%$ do predito. Foi observada uma diferença significativa em comparação com o banco de dados de escolares controle que percorreram 607 ± 76 metros (98% do predito), sendo pareados por idade e sem haver diferença significativa entre as variáveis antropométricas. O grupo prematuro apresentou antes do teste PAS 113 ± 12 mmHg, PAD 74 ± 10 mmHg e FC 92 ± 15 bpm e ao término do teste PAS 130 ± 28 , PAD 75 ± 15 e FC 117 ± 25 . Esses valores não diferiram dos achados do banco de dados de crianças nascidas a termo. Escala de BORG para dispneia e cansaço nas pernas também não diferiram do grupo de dados das crianças nascidas a termo. **Conclusão:** A avaliação destas crianças em idade escolar permite concluir que crianças nascidas muito e extremamente prematuras apresentam uma reduzida capacidade física quando submetidas ao TC6M. Estes dados preliminares sugerem a necessidade de implementar práticas de atividade física que busquem melhorar o condicionamento físico desta população.

2203

PREVALÊNCIA DE DOR/DESCONFORTO NOS TRABALHADORES QUE PROCURARAM A TELEORIENTAÇÃO DE ATIVIDADE FÍSICA E POSTURA DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19 NUM HOSPITAL UNIVERSITÁRIO TERCIÁRIO

CATEGORIA DO TRABALHO: PESQUISA

Otávio Azevedo Bertoletti, Bruna Correa Maurmann, Lorena Suffert, Antônio Cardoso Dos Santos

HOSPITAL DE CLÍNICAS DE PORTO ALEGRE

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL