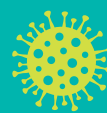


# COVID Longa e reabilitação



World  
PT Day  
2021



**Um(a) fisioterapeuta pode ajudá-lo/a a gerir os seus níveis de atividade adequados para a COVID Longa através do controlo do ritmo e da monitorização da frequência cardíaca.**



A gestão dos níveis das atividades, ou controlo do ritmo, parece ser uma forma de intervenção segura e efetiva para gerir a fadiga e a exacerbação dos sintomas pós-esforço (ESPE). A monitorização da frequência cardíaca pode ser uma intervenção segura e efetiva para gerir a fadiga e a ESPE.

**Não deve ser usado um programa de exercício com aumentos graduais (tempo ou intensidade), particularmente quando há exacerbação dos sintomas pós-esforço.**



**World  
Physiotherapy**

[www.world.physio/wptday](http://www.world.physio/wptday)