



Colegio Nacional de Fisioterapia y Terapia Física A.C.

# FISIOTERAPIA RESPIRATORIA EN COVID-19

## PARA AYUDAR EFECTIVAMENTE AL PACIENTE CON COVID-19 DEBES DE:



- Tener competencias.
- Habilidades.
- Conocimientos.
- Experiencia clínica en UCI.

## QUE TE PERMITAN

Planear un tratamiento de fisioterapia respiratoria eficaz, eficiente y consensuado con el resto del equipo Multi-Trans disciplinario.



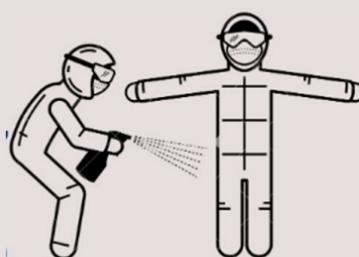
## TU ROL DENTRO DEL EQUIPO MULTI-TRANSDISCIPLINARIO DE REHABILITACIÓN RESPIRATORIA SERÁ:



- Evaluación respiratoria.
- Movilización del sistema musculoesquelético.
- Aplicación de técnicas de fisioterapia respiratoria.
- Planificación del ejercicio terapéutico.
- Revaloración respiratoria.

## ANTES DE QUE TENGAS CONTACTO CON UN PACIENTE CONTAGIADO SE ACONSEJA:

- Conozcas el uso del Equipo de Protección Individual (EPI o EPP), esto es esencial.
- El EPP básico consta de: Mascarilla N95, Lentes de Protección, Botas, Guantes y Bata desechables.
- En el manejo de pacientes con COVID-19 existe alto riesgo de contagio.



Thomas P, Baldwin C, Bisset B, Moses R, Ntoumenopoulos G, Parry SM, Patman, van der Lee L (2020): Physiotherapy management for COVID-19 in the acute hospital setting. Recommendations to guide clinical practice. Versión 1.0, publicado el 23 Marzo del 2020.

Arbillaga A, Pardás M, Escudero R, (2020): Fisioterapia respiratoria en el manejo del paciente con COVID-19: recomendaciones generales. Sociedad Española de Neumología y Cirugía de Torácea: área de fisioterapia respiratoria, Versión 1.0, publicado el 26 de marzo del 2020.

[WWW.AMEFI.COM.MX](http://WWW.AMEFI.COM.MX)



Colegio Nacional de  
Fisioterapia y Terapia Física A.C.

# FISIOTERAPIA RESPIRATORIA EN COVID-19

## EL COVID-19 TIENE 4 FASES

### 1- FASE DE CONFINAMIENTO DOMICILIARIO



Síntomas leves sin compromiso respiratorio en esta fase el paciente no requiere fisioterapia respiratoria.

### 2. FASE DE INGRESO HOSPITALARIO

- Valoración exhaustiva.
- Individualización.
- Consenso del tratamiento respiratorio del equipo Multi-Transdisciplinario.



### EN CASO DE TOS PRODUCTIVA



Los criterios de intervención en un programa de higiene bronquial dependerá de:  
La incapacidad del paciente en el manejo de secreciones pulmonares.  
El paciente presente comorbilidades (HTA, Diabetes, Asma, Obesidad, EPOC).

USAR EPP

### 3. AGUDIZACIÓN DEL PERIODO CRÍTICO

- El paciente presenta síntomas graves del aparato respiratorio.
- Infección del tracto respiratorio inferior.
- En esta fase existe un alto riesgo de contagio.



### 4. FASE DE RECUPERACIÓN Y ALTA HOSPITALARIA



Dependerá del resultado de la enfermedad:

- De leve a moderado: Ejercicio Aeróbico.
- De grave a crítico: Manejo de secuelas de desacondicionamiento.

Thomas P, Baldwin C, Bisset B, Moses R, Ntoumenopoulos G, Parry SM, Patman, van der Lee L (2020): Physiotherapy management for COVID-19 in the acute hospital setting. Recommendations to guide clinical practice. Versión 1.0, publicado el 23 Marzo del 2020.

Arbillaga A, Pardás M, Escudero R, (2020): Fisioterapia respiratoria en el manejo del paciente con COVID-19: recomendaciones generales. Sociedad Española de Neumología y Cirugía de Tórax: área de fisioterapia respiratoria, Versión 1.0, publicado el 26 de marzo del 2020.



Colegio Nacional de  
Fisioterapia y Terapia Física A.C.

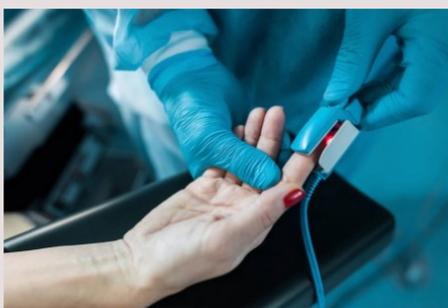
# FISIOTERAPIA RESPIRATORIA EN COVID-19

## POSICIONAMIENTO

El posicionamiento en decúbito prono mejora la oxigenación, este debe de ser consensuado y basado en la experiencia clínica de los integrantes del equipo Multi-Transdisciplinario de Salud.



## CRITERIOS DE ESTABILIDAD EJERCICIO TERAPÉUTICO



Frecuencia Cardíaca: < 100 LPM  
Frecuencia Respiratoria: < 24 RPM  
T° Corporal: < 37.2 °C  
Presión Arterial Sistólica >90 mmHg  
SpO2: > 90%  
Nivel de Conciencia: Obedece Órdenes

## WEANING

Ayuda en el proceso del destete, desarrollo de la musculatura inspiratoria y así reducir tiempos de ventilación.



## TÉCNICAS DIRIGIDAS DE EJERCICIOS RESPIRATORIOS



Técnicas dirigidas (paciente con cubrebocas quirúrgico):

- Reeducación patrón diafragmático con labios fruncidos.
- Débitos inspiratorios y espiratorios inspiración sumada.

Higiene Bronquial:

- Tos Efectiva.
- ELTGOL

Thomas P, Baldwin C, Bisset B, Moses R, Ntoumenopoulos G, Parry SM, Patman, van der Lee L (2020): Physiotherapy management for COVID-19 in the acute hospital setting. Recommendations to guide clinical practice. Versión 1.0, publicado el 23 Marzo del 2020.

Arbillaga A, Pardás M, Escudero R, (2020): Fisioterapia respiratoria en el manejo del paciente con COVID-19: recomendaciones generales. Sociedad Española de Neumología y Cirugía de Torácea: área de fisioterapia respiratoria, Versión 1.0, publicado el 26 de marzo del 2020.

[WWW.AMEFI.COM.MX](http://WWW.AMEFI.COM.MX)



Colegio Nacional de Fisioterapia y Terapia Física A.C.

# FISIOTERAPIA RESPIRATORIA EN COVID-19

## FASE DE RECUPERACIÓN Y ALTA HOSPITALARIA



En esta etapa se manejan secuelas directas que presenta la persona producto de la enfermedad:

- Síndromes de desacondicionamiento.
- Atrofia muscular.
- Disnea secundaria al ejercicio.



## EJERCICIO AERÓBICO



**Duración:** 20-30 minutos.  
**Frecuencia:** 3-5- sesiones/semana  
**Borg:** 3  
**Mets:** 3-5 (recomendado para este tipo de población).

## ENTRENAMIENTO DE LA FUERZA

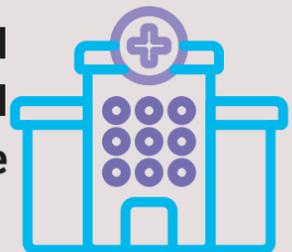


- Trabajar de 1-3 grupos musculares.
- Dosificación: 8-12 rep. x 2 minutos de descanso.
- Frecuencia: 2-3 sesiones/semana x 6 semanas.
- Aumento de carga de 5%-10% por semana.

## LUGAR DE TRATAMIENTO



Estos ejercicios podrán realizarse en el hogar bajo supervisión de un profesional capacitado o en una unidad de rehabilitación física.



Thomas P, Baldwin C, Bisset B, Moses R, Ntoumenopoulos G, Parry SM, Patman, van der Lee L (2020): Physiotherapy management for COVID-19 in the acute hospital setting. Recommendations to guide clinical practice. Versión 1.0, publicado el 23 Marzo del 2020.  
Arbillaga A, Pardás M, Escudero R, (2020): Fisioterapia respiratoria en el manejo del paciente con COVID-19: recomendaciones generales. Sociedad Española de Neumología y Cirugía de Tórax: área de fisioterapia respiratoria, Versión 1.0, publicado el 26 de marzo del 2020.

Documento elaborado por por

*Asociación Mexicana de Fisioterapia.*  
*Colegio Nacional de Fisioterapia y Terapia Física A.C.*  
Consejo Directivo 2020-2021  
L.T.F. Ali Emmanuel Merino Vidal  
L.T.F. Fabián Alberto Beltrán Bonilla

WWW.AMEFI.COM.MX