



Sua recuperação pós-COVID-19 grave



Pessoas que sofreram de casos graves de COVID-19 precisarão de reabilitação para se recuperar dos efeitos da ventilação/suporte de oxigênio, imobilização prolongada e por permanecer acamado. Eles podem sofrer de:



- **Função pulmonar** prejudicada
- **Fraqueza muscular** severa
- **Rigidez** articular
- Fadiga
- Limitação da **mobilidade** e da capacidade de realizar atividades diárias
- Delírio e **alterações cognitivas**
- Dificuldade de **engolir** e de se comunicar
- **Desordens mentais** e necessidade de suporte psicológico



A Fisioterapia pode desempenhar um papel importante na reabilitação de pessoas gravemente doentes com o COVID-19 em um hospital ou outro ambiente. Essas pessoas correm risco de encontrar limitações (severas) em aspectos físicos, emocionais, cognitivo e/ou social.

Fisioterapeutas são cruciais na reabilitação precoce e contínua de pessoas em recuperação de COVID-19 grave. Eles podem ajudar com:



Demora para se recuperar de uma doença severa - Um/uma fisioterapeuta poderá guiá-lo no processo e ajudará a priorizar nas metas que são importantes para você. Eles trabalharão como parte de uma equipe multiprofissional para apoiar as suas necessidades.

- **Mobilização** precoce e retomada dos movimentos
- **Exercícios** simples
- Retomada às atividades de **vida diária**
- **Recuperação** pulmonar
- Gerenciamento da **falta de ar**
- Manejo da **fadiga**
- Encontrar o equilíbrio entre se manter **ativo** e **descansar**

O fisioterapeuta pode ajudá-lo com a sua capacidade de se exercitar, incorporar atividades físicas e seu retorno à vida diária

Síndrome da Fadiga pós-Viral

Até 10% das pessoas que se recuperam do COVID-19 podem desenvolver a síndrome da fadiga pós-viral (SFPV). Se você sente que não está melhorando ou se a atividade está fazendo você se sentir pior, fale com o seu fisioterapeuta ou profissional da saúde e peça-lhe uma avaliação da SFPV. A reabilitação de pessoas com a SFPV requer diferentes estratégias de gerenciamento.



**World
Physiotherapy**

www.world.physio/wptday