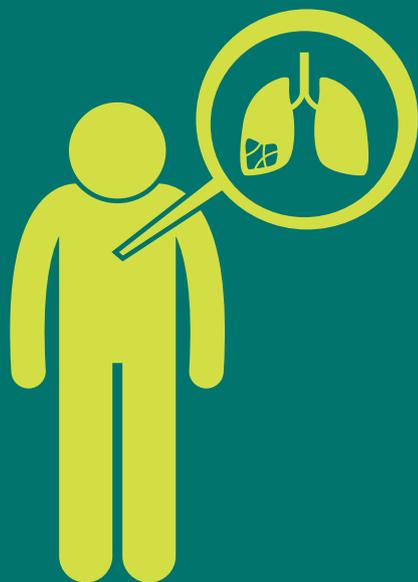


# COVID Longa e reabilitação



World  
PT Day  
2021



falta de ar/  
dor no peito

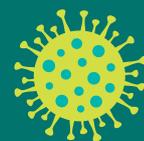
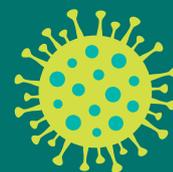
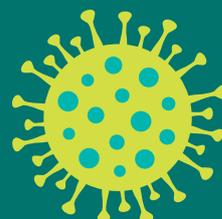


fadiga extrema/  
exacerbação de sintomas  
pós-esforço



problemas de memória  
e concentração

A COVID Longa não afeta todos da mesma maneira. Um(a) fisioterapeuta pode ajudá-lo/a a gerir os seus sintomas relacionados com COVID Longa



A prescrição de exercício na COVID Longa deve ser abordada com precaução para minimizar o risco e garantir que os programas de exercício sejam reparadores e não piorem os sintomas. A reabilitação deve ter como objetivo prevenir a dessaturação de oxigénio durante o esforço. Um(a) fisioterapeuta especialista em respiratória pode ajudar quando existem sinais de hiperventilação e alterações no padrão respiratório. **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)