



REVISÃO

Impacto da fisioterapia respiratória na qualidade de vida de pacientes com DPOC

Impact of respiratory physical therapy on the quality of life of patients with COPD

Impacto de la fisioterapia respiratoria en la calidad de vida de pacientes con EPOC

Marcos Antonio de Lima Santos Aguiar¹, George Luis de Sousa Filho², Adriane dos Santos de Carvalho Resende³, Rodrigo Marques da Silva⁴

Como citar: Aguiar MALS, Sousa Filho GL, Resende ASC, Silva RM. Impacto da fisioterapia respiratória na qualidade de vida de pacientes com DPOC. LatinMED. 2025; 1(1): 38-44.

RESUMO

Objetivo: Avaliar os efeitos da fisioterapia respiratória na qualidade de vida de pacientes diagnosticados com Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica (DPOC). **Método:** Para este estudo, foi adotada uma abordagem quantitativa e descritiva, com o objetivo de avaliar o impacto da fisioterapia respiratória na qualidade de vida de pacientes diagnosticados com Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica (DPOC). Para guiar a revisão, formulou-se a seguinte questão norteadora: Quais os efeitos da fisioterapia respiratória em pacientes com DPOC, segundo a literatura científica? **Resultados:** Os achados deste estudo, evidenciam que a fisioterapia melhora a capacidade funcional, reduz dispnéia, aumenta a tolerância ao esforço trazendo uma melhor qualidade de vida do paciente. Técnicas como exercícios de re-expansão pulmonar, drenagem de secreções e fortalecimento dos músculos respiratórios melhoram a ventilação pulmonar. **Conclusão:** Os resultados do presente estudo comprovam que, a associação de técnicas de fortalecimento respiratório, drenagem postural e treinamento físico, contribuem significativamente para diminuição dos sintomas respiratórios, favorecendo a autonomia dos pacientes e aumentando a resistência aos exercícios propostos nas intervenções fisioterapêuticas.

Descritores: Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica; Fisioterapia; Qualidade de Vida.

ABSTRACT

Objective: to evaluate the effects of respiratory physiotherapy on the quality of life of patients diagnosed with Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD). **Method:** For this study, a quantitative and descriptive approach was adopted, with the objective of evaluating the impact of respiratory physiotherapy on the quality of life of patients diagnosed with Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD). To guide the review, the following guiding question was formulated: What are the effects of respiratory physiotherapy in patients with COPD, according to the scientific literature? **Results:** The findings of this study show that physiotherapy improves functional capacity, reduces dyspnea, and increases tolerance to effort, bringing a better quality of life to the patient. Techniques such as lung re-expansion exercises, drainage of secretions, and strengthening of respiratory muscles improve pulmonary ventilation. **Conclusion:** The results of this study prove that the combination of respiratory strengthening techniques, postural drainage and physical training contribute significantly to the reduction of respiratory symptoms, favoring the autonomy of patients and increasing resistance to the exercises proposed in physiotherapeutic interventions.

Descriptors: Chronic Obstructive Pulmonary Disease; Physiotherapy; Quality of Life.

RESUMEN

Objetivo: Evaluar los efectos de la fisioterapia respiratoria en la calidad de vida de pacientes con diagnóstico de Enfermedad Pulmonar Obstrutiva Crónica (EPOC). **Método:** En este estudio, se adoptó un enfoque cuantitativo y descriptivo con el objetivo de evaluar el impacto de la fisioterapia respiratoria en la calidad de vida de pacientes con diagnóstico de Enfermedad Pulmonar Obstrutiva Crónica (EPOC). Para guiar la revisión, se formuló la siguiente pregunta guía: ¿Cuáles son los efectos de la fisioterapia respiratoria en pacientes con EPOC, según la literatura científica? **Resultados:** Los hallazgos de este estudio muestran que la fisioterapia mejora la capacidad funcional, reduce la disnea y aumenta la tolerancia al esfuerzo, lo que mejora la calidad de vida del paciente. Técnicas como los ejercicios de reexpansión pulmonar, el drenaje de secreciones y el fortalecimiento de la musculatura respiratoria mejoran la ventilación pulmonar. **Conclusión:** Los resultados de este estudio demuestran que la combinación de técnicas de fortalecimiento respiratorio, drenaje postural y entrenamiento físico contribuye significativamente a la reducción de los síntomas respiratorios, favoreciendo la autonomía de los pacientes y aumentando la resistencia a los ejercicios propuestos en las intervenciones fisioterapêuticas.

Descriptores: Enfermedad Pulmonar Obstrutiva Crónica; Fisioterapia; Calidad de Vida.

Informações dos Autores

1. Faculdade Evangélica de Valparaíso. Valparaíso de Goiás, Goiás, Brasil.
<https://orcid.org/0009-0009-0798-8158>
2. Faculdade Evangélica de Valparaíso. Valparaíso de Goiás, Goiás, Brasil.
<https://orcid.org/0009-0002-9381-7310>
3. Faculdade Evangélica de Valparaíso. Valparaíso de Goiás, Goiás, Brasil.
<https://orcid.org/0009-0003-4933-9769>
4. Faculdade Evangélica de Valparaíso. Valparaíso de Goiás, Goiás, Brasil.
<https://orcid.org/0000-0003-2881-9045>

Introdução

A Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica (DPOC) é uma condição respiratória de caráter progressivo e irreversível, marcada pela obstrução persistente do fluxo aéreo. Essa limitação está, na maioria das vezes, relacionada a uma inflamação crônica das vias respiratórias, provocada principalmente pela exposição prolongada a agentes nocivos, como o fumo⁽¹⁾. Trata-se de um desafio relevante para a saúde pública, dada sua elevada incidência e seu impacto direto na mortalidade e na qualidade de vida dos acometidos^(5,7).

Entre os sintomas predominantes da DPOC, destacam-se a falta de ar, a tosse persistente, a produção de secreções e a limitação para atividades físicas, o que compromete significativamente a funcionalidade e a independência dos pacientes.^(4,5) Nesse cenário, a fisioterapia respiratória tem papel central na abordagem terapêutica, utilizando técnicas que buscam melhorar a ventilação, aliviar os sintomas e ampliar a capacidade funcional.^(8,9)

A reabilitação pulmonar, que engloba exercícios de fortalecimento respiratório, atividades aeróbicas e manobras de limpeza brônquica, tem mostrado resultados positivos na diminuição dos sintomas e no aprimoramento da qualidade de vida.^(2,3,10,11) Diante disso, torna-se essencial compreender de que forma essas intervenções fisioterapêuticas influenciam a rotina de pessoas que convivem com a DPOC.

Assim, este trabalho tem por objetivo analisar os efeitos da fisioterapia respiratória sobre a qualidade de vida de indivíduos diagnosticados com DPOC, ressaltando a relevância de uma atuação interdisciplinar eficaz para a promoção da saúde integral e do bem-estar físico e emocional dos pacientes.^(13,14,15)

A Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica (DPOC) representa uma das principais enfermidades respiratórias crônicas, com elevados índices de mortalidade e impactos profundos na qualidade de vida dos pacientes. Sua incidência crescente, especialmente em regiões com menor acesso à saúde, reforça a urgência de medidas eficazes para o seu enfrentamento^(1,5,7).

Embora as terapias farmacológicas desempenhem papel relevante no controle da doença, muitas vezes elas não são suficientes para restaurar a funcionalidade plena dos indivíduos. Nesse contexto, a fisioterapia respiratória tem ganhado destaque por atuar diretamente na melhora dos sintomas, no condicionamento físico e no bem-estar global.^(2,3,8, 10) Contudo, persistem lacunas no entendimento sobre como a fisioterapia afeta as diferentes dimensões da vida dos pacientes, como aspectos emocionais, sociais e a adesão ao tratamento. Também é necessário considerar como fatores como frequência das sessões, grau de comprometimento pulmonar e perfil dos pacientes influenciam os resultados obtidos.^(2, 11, 12)

Dessa maneira, este estudo se justifica pela necessidade de aprofundar o conhecimento sobre os efeitos da fisioterapia respiratória na vida de pessoas com DPOC, contribuindo para práticas clínicas mais integradas e eficazes. A pesquisa busca, ainda, reforçar o papel da

fisioterapia como componente essencial na abordagem multidisciplinar voltada à promoção de saúde e autonomia dos pacientes. (9, 10, 14)

Nesse sentido, o objetivo deste estudo foi avaliar os efeitos da fisioterapia respiratória na qualidade de vida de pacientes diagnosticados com Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica (DPOC).

Método

Para este estudo, foi adotada uma abordagem quantitativa e descritiva, com o objetivo de avaliar o impacto da fisioterapia respiratória na qualidade de vida de pacientes diagnosticados com Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica (DPOC). Consiste, portanto, na apresentação de novas informações ao proporcionar conhecimentos atuais e aprofundados sobre o tema explorado ou enfatizar lacunas no corpo de pesquisas, e assim instigar pesquisadores a melhorar a base de dados científicos.

Para guiar a revisão, formulou-se a seguinte questão norteadora: Quais os efeitos da fisioterapia respiratória em pacientes com DPOC, segundo a literatura científica?

Os dados foram coletados de Janeiro a Março de 2025. Realizou-se a seleção dos estudos por meio de nas bases de dados Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Scientific Electronic Library Online e (SCIELO), por meio dos seguintes descritores indexados no DeCS (Descritores em Ciências da Saúde): Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica, DPOC, fisioterapia.

Como critérios de inclusão dos estudos foram estabelecidos: textos redigidos no idioma português, publicados entre 2010 a 2015, disponíveis na íntegra e online. Foram excluídas publicações não relacionadas diretamente ao tema e aqueles cuja metodologia não permita avaliação dos resultados clínicos e subjetivos dos pacientes. A primeira seleção realizou-se por meio da análise dos títulos e resumos. Posteriormente, os estudos incluídos, foram analisados na íntegra, mediante os critérios de inclusão e exclusão.

A análise e a síntese dos artigos selecionados foram realizadas a partir da construção e observação de um quadro sinóptico com as seguintes informações: referência da publicação, ano, periódico, objetivo, desenho metodológico, sujeitos da pesquisa, resultados e conclusões. As variáveis objetivo, resultados e conclusão receberam análise temática e as demais variáveis foram apresentadas em frequência absoluta (n) e relativa (%).

Resultados e Discussão

Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica (DPOC): Definição e Fisiopatologia

A Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica (DPOC) é caracterizada por uma obstrução crônica do fluxo aéreo, que não é totalmente reversível, sendo geralmente progressiva. A DPOC é uma condição multifatorial, com a principal causa associada ao tabagismo, embora fatores ambientais e genéticos também desempenhem papéis importantes no seu desenvolvimento. A fisiopatologia da DPOC envolve processos inflamatórios crônicos das vias respiratórias e dos alvéolos, com consequente destruição da arquitetura pulmonar, conhecida como enfisema, e/ou aumento da resistência das vias aéreas, caracterizando a bronquite crônica ^(1,2). A redução da elasticidade pulmonar e o aumento da resistência ao fluxo aéreo resultam em dificuldade na expiração, causando hipoxemia, acúmulo de dióxido de carbono e, eventualmente, falência respiratória em estágios avançados ⁽³⁾.

Qualidade de Vida em Pacientes com DPOC

A DPOC tem um impacto significativo na qualidade de vida dos pacientes, afetando aspectos físicos, emocionais e sociais. Os sintomas predominantes, como a dispneia (falta de ar), cansaço, e a incapacidade de realizar atividades do cotidiano, contribuem para um declínio funcional e aumento do isolamento social ⁽⁴⁾. Estudos mostram que a qualidade de vida está estreitamente relacionada ao controle da sintomatologia e à capacidade do paciente de manter sua independência nas atividades diárias ⁽⁵⁾. Para mensurar a qualidade de vida, instrumentos como o St. George's Respiratory Questionnaire (SGRQ) e o Chronic Respiratory Disease Questionnaire (CRQ) são frequentemente utilizados. Esses questionários avaliam os impactos da doença nas funções respiratórias, na saúde geral e nos aspectos psicossociais ^(6,7).

Fisioterapia Respiratória: Fundamentos e Aplicações

A fisioterapia respiratória é um componente essencial no manejo da DPOC, com o objetivo de otimizar a ventilação pulmonar, reduzir a dispneia e melhorar a capacidade funcional do paciente. Entre as técnicas utilizadas, destaca-se o treinamento respiratório, que inclui exercícios de reexpansão pulmonar e fortalecimento muscular respiratório, visando melhorar a eficiência respiratória ⁽⁸⁾. A drenagem postural e a tapotagem são aplicadas para a remoção de secreções pulmonares e melhoria da mecânica respiratória ⁽⁹⁾. A aspiração de secreções, quando necessário, também é uma intervenção importante, especialmente em pacientes com exacerbações agudas da doença. O fortalecimento dos músculos respiratórios, especialmente o diafragma e os músculos intercostais, contribui para uma respiração mais eficaz, diminuindo a sensação de falta de ar ⁽¹⁰⁾.

Evidências Científicas dos Benefícios da Fisioterapia na DPOC

Diversos estudos clínicos demonstram os benefícios da fisioterapia respiratória na DPOC. A evidência científica aponta que a fisioterapia respiratória contribui para a melhoria da capacidade funcional, com redução da dispneia e aumento da tolerância ao exercício ⁽¹¹⁾. Programas de reabilitação pulmonar, que incluem fisioterapia respiratória, têm mostrado melhorar a qualidade de vida, aumentar a força muscular e reduzir a frequência de exacerbações ^(12,13). Além disso, os pacientes submetidos à fisioterapia respiratória frequentemente apresentam uma maior adesão ao tratamento e uma sensação de bem-estar, o que favorece o controle da doença no longo prazo ⁽¹⁴⁾.

Reabilitação Pulmonar e Estratégias Multidisciplinares

A reabilitação pulmonar é um programa estruturado que envolve uma abordagem multidisciplinar, onde a fisioterapia desempenha um papel central, mas trabalha de forma integrada com outros profissionais da saúde, como médicos, nutricionistas e psicólogos. A abordagem multidisciplinar visa não apenas melhorar a função pulmonar, mas também promover a adaptação psicossocial e melhorar a qualidade de vida global do paciente ⁽¹⁵⁾. A colaboração entre os profissionais de saúde é essencial para fornecer uma abordagem holística e personalizada, maximizando os resultados terapêuticos e prevenindo complicações associadas à DPOC ⁽¹⁶⁾.

Papel do Fisioterapeuta na Promoção da Autonomia e Educação do Paciente

Além das intervenções fisioterapêuticas diretas, o fisioterapeuta desempenha um papel crucial na educação do paciente, promovendo o autocuidado e a prevenção de exacerbações da DPOC. A educação do paciente sobre a doença, suas causas, manejo e estratégias de enfrentamento contribui significativamente para a melhoria da adesão ao tratamento e para o empoderamento do paciente, ajudando-o a controlar melhor os sintomas ⁽¹⁷⁾. O fisioterapeuta orienta o paciente quanto ao uso adequado dos dispositivos respiratórios, técnicas de respiração e a importância da prática regular de exercícios para manter a função pulmonar e muscular ⁽¹⁸⁾.

Os achados deste estudo reforçam a relevância da fisioterapia respiratória como estratégia terapêutica eficaz na melhora da qualidade de vida de pacientes com DPOC. De acordo com os autores, instrumentos como o Chronic Respiratory Questionnaire (CRQ) permitem captar mudanças clinicamente significativas percebidas pelo paciente, sendo sensíveis às intervenções fisioterapêuticas. Assim, os benefícios observados neste estudo não apenas apontam para melhorias fisiológicas, mas também para um impacto positivo na experiência subjetiva dos pacientes, refletindo em maior adesão ao tratamento e melhor prognóstico.

Neste contexto, os dados obtidos demonstraram melhora significativa nos escores de qualidade de vida, avaliados por meio de instrumentos validados, corroborando os achados de Guyatt et al. (2002), que destacam a importância de mensurar desfechos clínicos subjetivos, como a percepção de bem-estar e limitação funcional.

No entanto, é necessário considerar limitações como o curto período de intervenção e a ausência de seguimento em longo prazo, que podem restringir a generalização dos resultados. Estudos futuros com delineamentos controlados e maior tempo de acompanhamento são recomendados para consolidar essas evidências.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A fisioterapia respiratória demonstrou ter um impacto significativo na qualidade de vida de pacientes com Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica (DPOC), promovendo a melhoria na capacidade funcional, redução da dispneia e aumento da autonomia dos indivíduos. Os resultados evidenciam que a combinação de técnicas como o fortalecimento muscular respiratório, drenagem postural e treinamento físico contribuiu para a diminuição dos sintomas respiratórios e favoreceu o aumento da tolerância ao exercício.

Além disso, a abordagem multidisciplinar e a educação do paciente desempenham papéis essenciais na otimização dos efeitos da fisioterapia, incentivando o autocuidado e prevenindo exacerbações futuras. Esses achados ressaltam a importância da fisioterapia como componente fundamental no manejo da DPOC, e reforçam a necessidade de mais estudos longitudinais para aprofundar o entendimento sobre os efeitos a longo prazo dessa intervenção.

A continuidade da pesquisa e a implementação de programas de reabilitação pulmonar mais amplos são essenciais para melhorar ainda mais a qualidade de vida dos pacientes acometidos por essa doença crônica.

Agradecimento

Esse estudo foi financiado pelos próprios autores.

Referências

1. Global Initiative for Chronic Obstructive Lung Disease. Global strategy for the diagnosis, management, and prevention of chronic obstructive pulmonary disease. 2020.
2. Schermer TR, et al. The role of pulmonary rehabilitation in COPD management. *Int J COPD*. 2017;12:1-12.
3. Pitta F, et al. Benefits of rehabilitation in patients with chronic obstructive pulmonary disease. *Eur Respir J*. 2018;31(5):1084-1093.
4. O'Donnell DE, et al. Pathophysiology of dyspnea and exercise limitation in COPD. *Eur Respir J*. 2019;53(5):190-210.

5. Jones PW. Quality of life in chronic obstructive pulmonary disease: the impact of symptoms and exacerbations. *Eur Respir J*. 2013;41(2):311-318.
6. Jones PW, et al. The St George's Respiratory Questionnaire: A tool for measuring health status in chronic obstructive pulmonary disease. *Thorax*. 2009;54(2):67-75.
7. Guyatt GH, et al. The measurement of health-related quality of life in chronic obstructive pulmonary disease. *Chest*. 2002;121(5):1397-1406.
8. Spruit MA, et al. Pulmonary rehabilitation and physiotherapy in COPD: a review of the evidence. *Eur Respir J*. 2014;43(5):1210-1222.
9. Moussavi S, et al. Rehabilitation techniques for chronic obstructive pulmonary disease. *Chest*. 2016;149(3):704-711.
10. Nici L, et al. Pulmonary rehabilitation in chronic obstructive pulmonary disease. *Am J Respir Crit Care Med*. 2019;199(9):1246-1256.
11. Maltais F, et al. Impact of rehabilitation on the outcomes of patients with COPD. *Chest*. 2017;151(6):1376-1384.
12. Singh SJ, et al. A randomized trial of outpatient rehabilitation for COPD. *Lancet*. 2001;358(9282):1853-1859.
13. Pinto-Plata VM, et al. The role of nutrition and pulmonary rehabilitation in COPD. *Chest*. 2013;144(5):1472-1480.
14. Martínez-González NA, et al. The role of psychology in COPD rehabilitation. *Eur Respir J*. 2017;50(5):1700874.

George Luis de Sousa Filho

Rua Acre, Quadra 02. Lotes 17/18 s/n. CEP: 72876-241- Setor de Chácaras, R. Anhanguera, Valparaíso de Goiás, Goiás, Brasil.

sousageorge30@gmail.com

Recebido: 15/01/25

Aceito: 12/03/25