

benéfica de diminuição da perda da capacidade funcional e promoção do bem estar emocional em pacientes psiquiátricos com COVID-19 durante o isolamento.

2993

O YOGA COMO POSSIBILIDADE TERAPÊUTICA PARA PACIENTES COM TRANSTORNOS ALIMENTARES EM UMA UNIDADE PSIQUIÁTRICA

GISELE BATTISTELLI; THOBIAS PLESNIK; JULIANA UNIS CASTAN; ANTONELLA CABRINI DE LIMA; VANESSA MENEGALLI; ALINE OLIVEIRA

HCPA - Hospital de Clínicas de Porto Alegre

Introdução: Os transtornos alimentares são compreendidos como uma perturbação contínua nos hábitos relacionados à alimentação e imagem corporal, gerando intenso sofrimento. A unidade de internação psiquiátrica do Hospital de Clínicas de Porto Alegre (HCPA) é referência no atendimento a pessoas que sofrem com transtornos alimentares. O Yoga é uma atividade física que estimula a conscientização corporal, a resistência muscular, a flexibilidade e a melhora do padrão respiratório, bem como relaxamento e controle da ansiedade. Objetivo: Retratar a elaboração e condução das oficinas de Yoga realizadas na unidade psiquiátrica do HCPA. Metodologias empregadas: As sessões de Yoga para pacientes com diagnóstico de Anorexia Nervosa são realizadas, de acordo com plano terapêutico singular, de três a quatro vezes por semana, com duração de 45 minutos e ministradas por um profissional de Educação Física capacitado. A prática consiste em exercícios de respiração (pranayama) seguidos de posturas corporais do Yoga (asanas) que convidam ao relaxamento e ao aprimoramento da conscientização corporal. Através da prática, é possível trabalhar questões relacionadas a distorções da imagem do corpo, bem como autoestima, medos e ansiedades. Observações: O serviço de educação física da unidade psiquiátrica oferece o Yoga como uma das estratégias no tratamento multidisciplinar de pacientes que sofrem com transtornos alimentares, visto que a prática remete tanto ao exercício quanto ao aprimoramento de aspectos como autoestima, consciência e percepção corporal, exploração da respiração e bem-estar físico e emocional. Considerações: A incorporação de práticas corporais complementares como o Yoga mostra-se como uma ferramenta terapêutica adequada no tratamento multiprofissional de pessoas que sofrem com transtornos alimentares.

2998

AVALIAÇÃO DA INTENSIDADE DE UMA SESSÃO DE BEACH TENNIS ATRAVÉS DA PERCEPÇÃO SUBJETIVA DE ESFORÇO E DA FREQUÊNCIA CARDÍACA EM ADULTOS COM HIPERTENSÃO

RENATO MAYNART PEREIRA; LEANDRO DE OLIVEIRA CARPES; RODRIGO FERRARI DA SILVA

HCPA - Hospital de Clínicas de Porto Alegre

Introdução: A inatividade física e as doenças relacionadas ao estilo de vida sedentário possuem grandes impactos na saúde pública. Monotonia e pouca motivação que os exercícios tradicionais proporcionam estão entre as principais causas da baixa aderência ao exercício. Neste sentido, o esporte recreativo surge como uma boa alternativa, introduzindo um aspecto competitivo e motivacional, além de permitir que altas demandas fisiológicas sejam atingidas. Sugere-se que, durante a prática esportiva, a percepção de esforço seja minimizada em relação à demanda fisiológica, quando comparada aos exercícios tradicionais. Acredita-se que esta ação se deva, principalmente, às ações do jogo e elementos lúdicos envolvidos. Objetivo: Avaliar a intensidade de uma sessão de beach tennis através de uma escala de percepção subjetiva de esforço (PSE) e da frequência cardíaca de reserva (FCR) em adultos com hipertensão. Métodos: Vinte e quatro indivíduos, de ambos os sexos (35-60 anos), realizaram 45 min de beach tennis. Essa sessão foi composta de um aquecimento padronizado de 5 min, composto por exercícios técnicos da modalidade, seguido de 3 Sets de 12 min com intervalos de 2 min entre eles. A intensidade do exercício foi monitorada através da FCR e da PSE, que foram avaliadas ao longo da sessão em intervalos de 6 min, com medidas após o período de aquecimento, na metade e ao final de cada um dos 3 sets. Resultados: Em relação as respostas da sessão de beach tennis avaliada através da frequência cardíaca, foram encontrados valores médios de 63%FCR (IC95%: 59 a 67%). Quando avaliada através da escala de percepção subjetiva de esforço, foram encontrados valores médios de PSE 4 UA (IC95%: 3,4 a 4,7). Conclusão: Em relação à demanda fisiológica e o esforço percebido, a sessão de beach tennis demonstrou ser uma atividade física de intensidade fisiológica vigorosa, na qual o esforço percebido é tido como moderado. Esses achados confirmam que a percepção subjetiva de esforço é minimizada em relação à demanda fisiológica durante a prática do beach tennis.

3014

RELAÇÃO ENTRE HÁBITOS DE CORRIDA E QUALIDADE DE VIDA EM CORREDORES DE RUA DE MEIA-IDADE

VINÍCIUS MALLMANN SCHNEIDER; DAIANE PEDROSO MOREIRA; RODRIGO FERRARI DA SILVA

HCPA - Hospital de Clínicas de Porto Alegre

Introdução: O declínio dos principais sistemas fisiológicos decorrente do processo de envelhecimento é observado a partir da quarta década de vida, com impactos diretos e negativos na capacidade funcional e na qualidade de vida da população. A prática de atividades físicas regulares é considerada uma estratégia essencial para a manutenção da capacidade funcional, além de trazer benefícios para a qualidade de vida das pessoas. A corrida de rua é uma das atividades físicas mais democráticas, praticada por pessoas de diferentes classes sociais e faixas etárias, promovendo integração social associada a inúmeros benefícios à saúde. Os hábitos de treinamento como tempo de prática, horas semanais e frequência semanal parecem estar relacionados a grande parte das adaptações oriundas dessa prática. Entretanto, poucos estudos identificaram

a relação entre esses hábitos e os níveis de qualidade de vida em corredores. Sendo assim, o objetivo do presente estudo foi avaliar os níveis de qualidade de vida e sua relação com os hábitos de corrida em corredores de rua de meia-idade.

Métodos: Neste estudo transversal, observacional, com caráter descritivo e associativo, foram avaliados 33 corredores amadores, de ambos os sexos, integrantes de um grupo de corrida da cidade de Porto Alegre/RS. Os participantes foram submetidos a avaliações antropométricas, questionário de hábitos de corrida e a aplicação do questionário de qualidade de vida WHOQOL-Bref. Devido à pandemia de Covid-19 a partir do final do mês de março de 2020, todas as coletas foram adaptadas para o meio digital e realizadas por meio de ferramentas online.

Resultados: Os corredores de rua apresentaram resultados médios satisfatórios quanto à qualidade de vida nos diferentes domínios: físico (80.1), psicológico (77.9), social (76.2), ambiente (75.2) e geral (77.4). Os hábitos de treinamento e tempo de prática correlacionaram-se de forma moderada e positiva com a qualidade de vida geral e o escore domínio físico, respectivamente, ($r=0,404$; $p=0,020$) e ($r=0,455$ e $p=0,008$). A frequência semanal e número de horas de prática (semana) apresentou uma moderada correlação com a qualidade de vida no domínio físico ($r=0,419$; $p=0,015$) e ($r=0,456$; $p=0,008$), respectivamente.

Conclusão: Corredores de rua de meia-idade parecem apresentar uma qualidade de vida satisfatória, a qual está associada aos seus hábitos de corrida, especialmente a um maior tempo de prática na modalidade.

3047

INOVAÇÃO TECNOLÓGICA E FISIOTERAPIA: DESENVOLVIMENTO DE UM APLICATIVO DE FISIOTERAPIA EM TERAPIA INTENSIVA

JULIANA DA SILVA MUNHOZ DA SILVA; GABRIEL DE AZEVEDO PASINI; SORAIA GENEBRA IBRAHIM FORGIARINI; LUIZ ALBERTO FORGIARINI JUNIOR

IPA - Centro Universitário Metodista do Instituto Porto Alegre

Introdução - As Tecnologias da Informação e Comunicação (TICs) voltadas para a área da saúde possuem diversas ferramentas que apóiam a estruturação e a organização dos dados e informações, possibilitando o armazenamento, processamento, acesso em tempo real e/ou remoto e compartilhamento dos mesmos. Neste cenário, destacam-se o fenômeno das tecnologias móveis (tablets, smartphones, etc.), especialmente da utilização de aplicativos móveis (também conhecidos como apps - do inglês application) entre a população mundial. Os apps são conceituados como um conjunto de ferramentas desenhado para realizar tarefas e trabalhos específicos.

Objetivos - Desenvolvimento de um software para auxiliar a tomada de decisão do fisioterapeuta a beira leito. Este aplicativo contém informações relacionadas a cálculos preditores, parâmetros de normalidade de ventilação mecânica, exames laboratoriais e escalas funcionais utilizadas em UTI.

Método - Desenvolvimento de um aplicativo (APP) em linguagem de programação web, utilizando Javascript com a framework React Native. Foi elaborado a partir de um computador e será disponibilizado para as plataformas Android e IOS. O APP utiliza uma interface intuitiva, sensível ao toque e de rápido acesso as informações que o usuário solicitar. Há um menu apresentando os botões representativos de cada função do APP, tais como: Índices e cálculos; Escalas Funcionais; Exames laboratoriais; Parâmetros de normalidade; Desmame; Ventilação mecânica (VM); Ventilação não invasiva (VNI). Os itens Exames laboratoriais; Parâmetros de normalidade; Desmame; Ventilação mecânica (VM); Ventilação não invasiva (VNI) apresentam informações teórico-prática a fim de auxiliar o Fisioterapeuta, já os itens Índices e cálculos, e, Escalas Funcionais há a possibilidade de realizar cálculos inserido informações básicas

Resultados - O APP foi desenvolvido através de uma equipe dois fisioterapeutas, e um desenvolvedor de software. O aplicativo encontra-se em fase de avaliação e implementação, com registro solicitado e processo de publicação nas plataformas Android e IOS em andamento.

Conclusão - Desenvolvemos um APP com foco em Fisioterapeutas que atuam em UTIs, com o objetivo de que estes obtenham informações a beira leito assim como facilidade de utilização de instrumentos avaliativos. O método aplicado para o desenvolvimento permite que o processo de avaliação do APP e ajustes realizados seja o mais próximo possível da necessidade do profissional.

3079

ATENDIMENTO FISIOTERAPÊUTICO EM UNIDADE DE TERAPIA INTENSIVA PEDIÁTRICA DE PACIENTE COM MIASTENIA GRAVIS: RELATO DE CASO

ANA PAULA DATTEIN PEITER; VANESSA DE SOUZA VIEIRA; CAMILA WOLGHEMUTH SCHAAN; RENATA SALATTI FERRARI; BRUNA ZIEGLER

HCPA - Hospital de Clínicas de Porto Alegre

Introdução: A miastenia gravis (MG) é uma doença autoimune com deterioração de receptores de acetilcolina presentes na junção neuromuscular que resulta em fraqueza muscular. É rara na população e quando diagnosticada antes dos 19 anos é definida como MG juvenil. Devido à escassez de estudos em pediatria, as recomendações de manejo dessa patologia se baseiam na população adulta, assim como as intervenções fisioterapêuticas são raramente descritas na literatura. Portanto, o objetivo deste estudo é apresentar as intervenções fisioterapêuticas realizadas em uma paciente com MG juvenil e seus desfechos funcionais. **Descrição do Caso:** Paciente sexo feminino, 9 anos de idade, diagnóstico presumido de MG com distúrbio de deglutição, internou na Unidade de Terapia Intensiva Pediátrica (UTIP) do Hospital de Clínicas de Porto Alegre por insuficiência respiratória aguda com impressão de crise miastênica, necessitando de ventilação mecânica invasiva (VMI). Apresentava opacificação de hemitórax esquerdo e derrame pleural na radiografia de tórax, além de gasometria arterial com pH: 7,47, PCO₂: 41,4 e HCO₃: 29,9. Na avaliação fisioterapêutica inicial, apresentava força muscular difusamente diminuída,