

Acompanhar depois da doença

“Reabilitação após Covid-19” é o lema que rege este ano o Dia Mundial da Fisioterapia

Sessões de hidroterapia na zona balnear do Porto Judeu, na ilha Terceira, vão assinalar a data, mas online haverá também lugar a um webinar que vai incidir sobre a reabilitação de pacientes de Covid-19.

Assinala-se hoje o Dia Mundial da Fisioterapia, sob o lema “reabilitação após Covid-19”, e nos Açores o dia também vai ser celebrado. A Região Açores da APFISIO – Associação Portuguesa de Fisioterapeutas e os profissionais que representa, vão juntar-se na ilha Terceira, para sessões de hidroterapia em meio natural, na zona balnear do Porto Martins. As sessões, que vão decorrer entre as 14 horas e as 17 horas, e contam com o apoio da Câmara Municipal da Praia da Vitória, destinam-se a utentes com incapacidades motoras e dependentes de terceiros, bem como outros utentes que beneficiem desta intervenção e que ficaram privados de cuidados de fisioterapia neste período de confinamento, resultante da Covid-19.

De acordo com informação regional da APFISIO, a piscina natural do Porto Martins integra a rede de zonas balneares classificadas como “praia acessível”, que dispõe de meios físicos e humanos para que todos possam desfrutar do acesso ao mar. Neste sentido, as sessões de hoje, vão ser orientadas por um grupo de fisioterapeutas com experiência em hidroterapia.

Além da sessão de hidroterapia em meio natural, o Dia Mundial da Fisioterapia vai também ser assinalado com um webinar, a partir das 17 horas, que vai incidir sobre a reabilitação de pacientes de Covid-19. Este seminário online estará disponível através da página da Região Açores da APFISIO no Facebook.

O Dia Mundial da Fisioterapia é celebrado anualmente, desde 1996, no dia 8 de Setembro, que corresponde à data da fundação da World Confederation for Physical Therapy (WCPT) e que agora se vê transformada em World Physiotherapy. Este dia “assinala a união e a solidariedade da comunidade global de Fisioterapia, a terceira maior profissão de saúde no mundo e em Portugal, reforçando o papel significativo que esta desempenha na saúde e no bem-estar da população em geral, elevando o perfil da profissão e promovendo-a e aos seus utentes junto dos governos e



Fisioterapeuta Francisco Medeiros, Presidente da Comissão Instaladora da Secção Regional dos Açores da Associação Portuguesa de Fisioterapeutas

decisores políticos”.

Este ano o foco do Dia Mundial da Fisioterapia é a reabilitação após a Covid-19 e o papel dos fisioterapeutas no tratamento e gestão de pessoas afectadas pela Covid-19. Durante a pandemia, a fisioterapia esteve presente no tratamento dos casos agudos, nas enfermarias ou nos Cuidados Intensivos e na recuperação pós-COVID-19, procurando sempre minimizar a redução dos cuidados de todos os outros utentes a seu cargo.

Também nos Açores, os fisioterapeutas foram chamados para tentar minimizar os constrangimentos decorrentes da pandemia, “nunca deixando de prestar assistência presencial nos casos prioritários e nos utentes internados, reorganizando os serviços, recorrendo às novas tecnologias e realizando tele-consulta”.

Conselhos da World Physiotherapy

De acordo com a World Physiotherapy, a

fisioterapia “pode desempenhar um papel importante na reabilitação de pessoas que estiveram gravemente doentes com Covid-19 em contexto hospitalar ou outro”. Principalmente porque estas pessoas “estão em risco de enfrentar limitações (graves) no funcionamento físico, emocional, cognitivo e/ou social”. Neste sentido, os fisioterapeutas podem orientar no processo de recuperação ajudando com “a mobilização precoce e retorno à actividade; exercícios simples; regressar às actividades de vida diária; recuperação pulmonar; controlar a falta de ar; lidar com a fadiga; encontrar o equilíbrio entre estar em actividade e em repouso”.

No fundo, entende a World Physiotherapy, um fisioterapeuta “pode ajudá-lo a melhorar a sua tolerância ao exercício, a incorporar a actividade física na sua rotina e no seu retorno às actividades da vida diária”.

Como especialistas em movimento e exer-

cício, os fisioterapeutas podem orientá-lo ao nível do exercício na recuperação da Covid-19. Apesar de reconhecerem que é importante descansar, os fisioterapeutas recomendam que realize regularmente séries curtas de exercícios em vez de sessões menos frequentes e mais longas, embora cada exercício tenha de ser ajustado para ir ao encontro das necessidades de cada paciente.

APFISIO nos Açores

Nos Açores existe uma Comissão Instaladora da Secção Regional dos Açores da APFISIO, presidida pelo fisioterapeuta Francisco Medeiros, que se tem debatido para que sejam ultrapassadas algumas dificuldades com que estes profissionais se depararam. Dos 300 fisioterapeutas que exercem nos Açores, em todas as ilhas, apenas 70 estão no serviço regional de saúde, e isso tem vindo a ser uma limitação já que estes profissionais passar a ter de actuar na doença e dedicar-se à prevenção, como é um dos seus campos de actuação.

Além disso, explica Francisco Medeiros, apesar de todas as ilhas terem actualmente fisioterapia disponível, o acesso dos utentes a esta especialidade não é igual em todas as ilhas. Principalmente em São Miguel, onde há maiores necessidades devido ao maior número de população, e onde só através de uma consulta de especialidade é possível aceder à fisioterapia, quando noutras ilhas mais pequenas basta o encaminhamento do médico de família.

Aliás, esta é outra das dificuldades com que os fisioterapeutas de deparam na Região, pretendendo ser um recurso mais próximo dos médicos de família. Quando comparados com países como o Reino Unido ou a Bélgica, os fisioterapeutas deveriam ser referenciados directamente pelos médicos de família para que os doentes fossem mais rapidamente diagnosticados e acompanhados ou, se não fosse caso disso, rapidamente devolvidos ao médico de família para avaliação noutra especialidade.

Carla Dias

