

FATORES FACILITADORES DE ADOECIMENTO EM ATLETAS E A COVID-19: COMO A FISIOTERAPIA PODE ATUAR?

FACILITATING FACTORS OF ILLNESS IN ATHLETES AND COVID-19: HOW CAN PHYSIOTHERAPY ACT?

FACTORES QUE INCIDEN SOBRE LA ENFERMEDAD EN ATLETAS Y EL COVID-19: CÓMO LA FISOTERAPIA PUEDE AYUDAR?

Isabelle Lorena Pinto Dantas Bezerra¹
Natália Jessica Barra Silva²
Tarciana Iolanda de Oliveira Silva³
Gislainy Luciana Gomes Câmara⁴

Resumo

O agente etiológico da covid-19 é o novo coronavírus. Seus principais sinais e sintomas são: febre (87,9%), tosse seca (67,7%), fadiga (38,1%), produção de escarro (33,4%), dispneia (18,6%), dor de garganta (13,9%), cefaleia (13,6%), mialgia ou artralgia (14,8%), calafrios (11,4%), náuseas ou vômitos (5%), congestão nasal (4,8%), diarreia (3,7%), hemoptise (0,9%) e congestão conjuntival (0,8%). O corpo do atleta de alto rendimento está sujeito a uma ordem biotecnológica, por se submeter a um treinamento que trabalha no limiar entre o saudável e o nocivo, propenso a contrair doenças do trato respiratório superior. Na terapia intensiva, o fisioterapeuta brasileiro está na linha de frente dos cuidados respiratórios avançados. Este estudo é uma revisão bibliográfica de artigos encontrados nas bases de dados eletrônicas Lilacs (Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde), SciELO (*Scientific Electronic Library Online*), Ciências da Saúde (DeCS) e *Medical Subject Headings* (MeSH), entre 9 de junho e 24 de julho de 2020. O objetivo do trabalho é mostrar como a fisioterapia auxilia no tratamento de atletas com covid-19, considerando as particularidades dos pacientes.

Palavras-chave: fisioterapia; atleta; pandemia.

Abstract

The etiological agent of covid-19 is the new coronavirus. Its main signs and symptoms are: fever (87.9%), dry cough (67.7%), fatigue (38.1%), sputum production (33.4%), dyspnea (18.6%), sore throat (13.9%), headache (13.6%), myalgia or arthralgia (14.8%), chills (11.4%), nausea or vomiting (5%), nasal congestion (4.8%) %, diarrhea (3.7%), hemoptysis (0.9%) and conjunctival congestion (0.8%). The high-performance athlete's body is subject to a biotechnological order, as it undergoes training that works on the threshold between healthy and harmful, prone to contracting diseases of the upper respiratory tract. In intensive care, the Brazilian physiotherapist is at the forefront of advanced respiratory care. This study is a literature review of articles found in the electronic databases Lilacs (Latin American and Caribbean Literature on Health Sciences), SciELO (Scientific Electronic Library Online), Health Sciences (DeCS), and Medical Subject Headings (MeSH), between June 9 and July 24, 2020. This work aims to show how physiotherapy helps the treatment of athletes with covid-19, considering the particularities of the patients.

Keywords: physiotherapy; athlete; pandemic.

Resumen

El agente etiológico del covid-19 es el nuevo coronavirus. Sus principales señales y síntomas son: fiebre (87,9%), tos seca (67,7%), cansancio (38,1%), producción de esputo (33,4%), disnea (18,6%), dolor de garganta (13,9%),

¹ Universidade Potiguar – UnP. E-mail: isabellelorena24@gmail.com.

² Acadêmica do curso de Fisioterapia. Universidade Potiguar – UnP. E-mail: natalia.jb4@outlook.com.

³ Acadêmica do curso de Fisioterapia. E-mail: iolandatarciana@gmail.com.

⁴ Fisioterapeuta - UnP. Professora do curso de Fisioterapia - UNP. Mestre em Saúde e Sociedade - UERN. Especialista em Fisioterapia Ortopédica, Traumatologia e Desportiva - UFRN. E-mail: gislainylgc@hotmail.com.

cefalea (13,6%), mialgia o artralgia (14,8%), escalofríos (11,4%), náuseas o vómitos (5%), congestión nasal (4,8%), diarrea (3,7%), hemoptisis (0,9%) y congestión conjuntival (0,8%). El cuerpo del atleta de alto rendimiento está sujeto a un orden biotecnológico, por someterse a entrenamiento que trabaja en el límite entre lo saludable y lo dañino; está propenso a contraer enfermedades del tracto respiratorio superior. En terapia intensiva, el fisioterapeuta brasileño está en la línea de frente de la atención respiratoria avanzada. Este estudio es una revisión bibliográfica de artículos encontrados en las bases electrónicas Lilacs (Literatura Latinoamericana y del Caribe en Ciencias de la Salud), SciELO (*Scientific Electronic Library Online*), Ciencias de la Salud (DeCS) y *Medical Subject Headings* (MeSH), entre 9 de junio y 24 de julio de 2020. El objetivo del trabajo es demostrar como la fisioterapia ayuda en el tratamiento de atletas con covid-19, tomando en consideración las particularidades de los pacientes.

Palabras-clave: fisioterapia; atleta; pandemia.

1 Introdução

O agente etiológico da covid-19 é o novo coronavírus. A descoberta confrontou os cientistas com a necessidade de entender a fisiopatologia do vírus. Sua velocidade de propagação por várias regiões do mundo preocupou autoridades e populações com diferentes impactos (GUERREIRO *et al.*, 2020). Seus principais sinais e sintomas são: febre (87,9%), tosse seca (67,7%), fadiga (38,1%), produção de escarro (33,4%), dispneia (18,6%), dor de garganta (13,9%), cefaleia (13,6%), mialgia ou artralgia (14,8%), calafrios (11,4%), náuseas ou vômitos (5%), congestão nasal (4,8%), diarreia (3,7%), hemoptise (0,9%) e congestão conjuntival (0,8%) (LIMA, 2020).

No esporte, o atleta de alto rendimento deve se adequar a uma série de padrões de preparação, de rotina, dieta etc. Muitos comportamentos são influenciados por fatores psicológicos que afetam o desempenho motor. Observa-se sujeição do corpo a uma ordem biotecnológica, por conta de treinamentos que operam no limiar entre o saudável e o nocivo ao corpo. Portanto, estudos analisam o controle das emoções no esporte, a partir das relações entre percepção, qualidade e performance, além de considerar a influência da autoconfiança, dos estados de humor, da ansiedade, da motivação e de variáveis fisiológicas entre atletas (KIHARA; NICKEL, 2013).

O objetivo do fisioterapeuta é promover e proteger a saúde de indivíduos portadores de um quadro patológico, com intuito de restituir a funcionalidade perdida em decorrência da patologia. Entretanto, tais indivíduos podem apresentar alterações funcionais sem manifestar quadro patológico, embora exista e predisponha os organismos afetados a lesões, além de comprometer o desempenho físico. Neste sentido, o objetivo do tratamento fisioterápico é minimizar as alterações posturais, através da melhora da flexibilidade do paciente.

Este trabalho se fundamenta na abordagem global do paciente através dos procedimentos de mobilização, alongamento muscular e reeducação postural. Há, também,

necessidade de integração entre o trabalho fisioterapêutico e o treinamento do indivíduo através da reeducação dos atos motores específicos da modalidade (FONTANA, 1999).

2 Materiais e métodos

2.1 Estratégia de busca

Este estudo é uma revisão bibliográfica de artigos encontrados nas bases de dados eletrônicas Lilacs (Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde), SciELO (Scientific Electronic Library Online), Ciências da Saúde (DeCS) e Medical Subject Headings (MeSH), entre 9 de junho de 2020 e 24 de junho de 2020. Utilizaram-se os seguintes descritores em português e inglês: fisioterapia, atleta, pandemia (*physiotherapy, athlete, pandemic*), bem como os operadores booleanos “AND” (E) e “OR” (OU). A busca se restringiu a estudos publicados entre 2019 e 2020, que abordam o assunto de forma clara e sucinta.

2.2 Seleção dos estudos

Os estudos que compõem este artigo estão de acordo com os seguintes critérios: abordar de forma clara e sucinta como a patologia estudada (covid-19) se comporta, seus impactos na vida dos atletas e no esporte, bem como retratar a atuação da fisioterapia e serem atuais.

2.3 Análise dos artigos

Participaram da pesquisa três concluintes do curso de fisioterapia, que analisaram títulos e resumos, depois selecionaram artigos para leitura na íntegra. Excluíram-se do estudo os trabalhos que não atendiam aos critérios definidos.

3 Resultados

Encontraram-se sete artigos que abordavam a atuação da fisioterapia em relação a atletas com covid-19, como a doença atinge o esporte, além de sites que tratavam do tema proposto. Após análise do material a partir dos critérios de inclusão e exclusão, selecionaram-se quatro trabalhos, apresentados na tabela 1:

AUTOR	ANO	OBJETIVO GERAL
BIASEBETTI;RODRIGUES; MAZUR.	2018	Este artigo é uma revisão de literatura que destaca os principais

		micronutrientes que agem em benefício do sistema imunitário.
GUERREIRO <i>et al.</i>	2020	Mostrar que foi correta a decisão de adiar os Jogos Olímpicos e Paralímpicos de Tóquio 2020 para 2021 devido à covid-19. Assim, preservou-se a saúde dos atletas olímpicos e paralímpicos, bem como dos espectadores.
MINUSSI, Bianca Baptisti <i>et al.</i>	2020	Este artigo se propôs a discutir aspectos relacionados a imunidade em tempos de pandemia e isolamento social. Apresentaram-se fatores que possivelmente interferem no sistema imunológico, contextualizados no período de pandemia, os quais podem ser protetores ou estressores, contribuindo para fragilização do sistema imunológico, inclusive de pessoas que não apresentam comorbidades. Essa possível fragilização do sistema imunológico pode, ao menos em parte, explicar a evolução distinta da covid-19 em pessoas aparentemente no mesmo patamar de risco. No fim do estudo há sugestões para melhorar a proteção do sistema imunológico contra o coronavírus.
MOURA, Diogo Lino <i>et al.</i>	2020	Resumir o impacto da pandemia para o esporte mundial.

Fonte: dados da pesquisa (2020).

4 Discussão

Os atletas estão propensos a contrair doenças do trato respiratório superior (ITRs). Portanto, devem ser alertados por profissionais sobre a necessidade de reforçar medidas higiênicas e ações diárias de prevenção. Em atletas de alto nível, a intensidade e o volume podem comprometer o sistema imunológico, incluindo-os no grupo de risco para doenças (GUERREIRO *et al.*, 2020).

Diversos fatores podem estimular o enfraquecimento do sistema imunológico, como estresse, permanência em locais fechados, clima, alimentação, tabagismo, sono e atividade física, com respostas positivas ou negativas à imunidade, a depender do modelo de estresse a que o corpo é submetido. A prática de exercício físico moderado afeta positivamente o sistema imunológico e reduz a incidência de infecções. Exercícios intensos e de longa duração podem reduzir a resposta imunológica por um período de três a vinte e quatro horas, tornando o

organismo do atleta mais suscetível a infecções durante este período (BIASEBETTI; RODRIGUES; MAZUR, 2018).

As estatísticas mostram que 80% dos indivíduos diagnosticados com covid-19 não necessitam de hospitalização. Entre os 20% hospitalizados, apenas 15% precisarão de acesso à terapia intensiva. As recomendações para tratamento são elaboradas com base na experiência de países que enfrentaram ou enfrentam muitos casos de covid-19, em publicações sobre tratamento de outras corona viroses, como a Síndrome Respiratória do Oriente Médio e a Síndrome Respiratória Aguda Grave, bem como nos estudos sobre a Síndrome do Desconforto Respiratório Agudo (MINUSSI *et al.*, 2020).

O risco de lesões é uma das preocupações na rotina desses atletas, razão pela qual se discutem a importância de seguir o treinador e exercícios de treino estrategicamente adaptados para o momento de pandemia (MOURA *et al.*, 2020).

5 Conclusão

Diante do exposto neste artigo, percebe-se como a fisioterapia é importante no tratamento de atletas que contraíram a covid-19. Toda a equipe deve trabalhar em conjunto para garantir uma volta segura dos atletas a sua rotina de trabalho, por meio de condutas individualizadas, pois, cada organismo se comporta diferentemente.

A pandemia do coronavírus evidenciou a importância do fisioterapeuta na terapia intensiva, promovendo reconhecimento da sociedade em geral e dos gestores em saúde.

Referências

BIASEBETTI, Mayara do Belem Caldas; RODRIGUES, Isis Delfrate; MAZUR, Caryna Eurich. Relação do consumo de Vitaminas e minerais com o Sistema Imunitário: uma breve revisão. **Visão Acadêmica**, Curitiba, v. 19, n. 1, 2018. DOI: <http://dx.doi.org/10.5380/acd.v19i1.57737>.

FONTANA, R. F. O papel da fisioterapia na formação do atleta. **Ver. Fisioterapia da Universidade de São Paulo**, São Paulo, v. 6, jan.-jun. 1999. Suplemento especial. DOI: <https://doi.org/10.1590/fpusp.v6in.spe.77786>.

GUERREIRO *et al.* O adiamento dos Jogos Olímpicos e Paralímpicos de Tóquio 2020 foi uma decisão correta? **Ver. Brasileira de Medicina do Esporte**, São Paulo, v. 26, n. 3, p. 191-195, mai.-jun. 2020. Disponível em: https://cdn.publisher.gn1.link/rbme.org/pdf/volume26_n3_02.pdf. Acesso em: 31 jan. 2022.

KIHARA, Wellington Minoru; NICKEL, Daniele Cristine. Percepção de situações de estresse e desencadeamento de psicossomatizações em atletas de alto rendimento: um ciclo vicioso.

Caderno PAIC, v. 14, n. 1, p. 25-38, 2013. Disponível em:

<https://cadernopaic.fae.edu/cadernopaic/article/view/5>. Acesso em: 31 jan. 2022.

LIMA, Claudio Márcio Amaral de Oliveira. Informações sobre o novo coronavírus (COVID-19). **Radiol. Bras.**, São Paulo, v. 53, n. 2, p. 5-6, mar.-abr. 2020. DOI:

<https://doi.org/10.1590/0100-3984.2020.53.2e1>.

MINUSSI, Bianca Baptisti *et al.* Grupos de risco do COVID-19: a possível relação entre o acometimento de adultos jovens “saudáveis” e a imunidade. **Brazilian Journal of Health Review**, Curitiba, v. 3, n. 2, p. 3739-3762, 2020. DOI: <https://doi.org/10.34119/bjhrv3n2-200>.

MOURA, Diogo Lino *et al.* Pandemia COVID-19 e Impacto no Desporto. **Ver. Medicina Desportiva informa**, Lisboa, v. 11, n. 3, p. 26-33, 2020. DOI:

https://doi.org/10.23911/pandemia_2020_05.