



## EFICÁCIA DO TREINAMENTO MUSCULAR INSPIRATÓRIO NO MANEJO DA DOENÇA PULMONAR OBSTRUTIVA CRÔNICA

<sup>1</sup>Liz Messias dos Santos  
<sup>1</sup>Camila Leite Bispo Brasileiro  
<sup>1</sup>Giovana Sampaio de Souza  
<sup>1</sup>Paloma Andrade Pinheiro

<sup>1</sup> Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB). Jequié, Bahia, Brasil.

**Eixo Temático:** C07 - Especialidades Fisioterapêuticas

**Modalidade:** Apresentação Oral

**Link do ORCID do 1º Autor:** <https://orcid.org/0009-0001-8985-6088>

**INTRODUÇÃO:** A Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica (DPOC) é uma doença pulmonar inflamatória e progressiva, caracterizada por limitação persistente do fluxo aéreo, com uma limitação do fluxo de ar nas vias respiratórias e efeitos sistêmicos que causam sintomas como dispneia, tosse crônica, hipersecreção de muco e pouca capacidade funcional. A DPOC representa a terceira principal causa de óbitos no mundo, portanto é fundamental explorar intervenções não farmacológicas que possam ser amplamente aplicáveis e acessíveis, como o treinamento muscular inspiratório (TMI). **OBJETIVOS:** Sintetizar evidências sobre a eficiência do treinamento muscular inspiratório para manejo de DPOC. **MÉTODOS:** Trata-se de uma revisão integrativa de literatura, de natureza qualitativa, com o intuito de responder a seguinte pergunta norteadora: “Qual a eficácia do treinamento muscular inspiratório para tratamento de pacientes com DPOC?”. A pesquisa foi conduzida nas bases de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO) e PubMed, utilizando como descritores “DPOC”, “TMI” e “fisioterapia” associados ao operador booleano AND. Foram excluídas publicações que não atendiam aos objetivos deste estudo. Ao final, foram selecionados 5 artigos, em português e inglês, publicados no período de 2020 a 2025. **RESULTADOS:** Os resultados apontam que o treinamento muscular inspiratório (TMI) proporciona aumento da força muscular a partir de 8 semanas de tratamento. Em decorrência disso, há um favorecimento à sinergia dos músculos inspiratórios, o que diminui a ativação do esternocleidomastóideo, um dos músculos mais requisitados por quem possui DPOC. Ademais, é comprovado o fortalecimento muscular do diafragma, que aumenta a capacidade de ventilação, ocasionando alívio da dispneia, fato este amplamente atestado na maioria dos estudos encontrados. Por conseguinte, há melhora na qualidade de vida e na capacidade funcional do indivíduo. Nesse contexto, para potencializar os resultados, o TMI apresenta melhores repercussões quando realizado em sessões de 20 a 30 minutos, com frequência superior a três dias na semana e Pressão Inspiratória Máxima (PI<sub>máx</sub>) menor que 60%. Cabe ressaltar que mesmo com intensidade e frequência reduzidas, o TMI apresenta boas consequências, sendo otimizado em protocolos de baixa à média intensidade. **CONCLUSÃO:** Dessa forma, os resultados apontam que o treinamento muscular inspiratório para manejo de DPOC se mostrou eficiente ao melhorar a força da musculatura inspiratória, além de diminuição da dispneia. Vale ressaltar a redução significativa na ativação do músculo acessório esternocleidomastóideo. Portanto, o TMI deve ser incluído na prática clínica fisioterapêutica para tratamento de DPOC, a fim de promover melhora da qualidade de vida do paciente e prevenção de agravos ocasionados pela doença.

**Palavras-chave:** Fisioterapia; DPOC; Músculos.

## **REFERÊNCIAS:**

BORDIN, D. F. et al. Sternocleidomastoid muscle activation following inspiratory muscle training in patients with chronic obstructive pulmonary disease: a randomized clinical trial. *Fisioterapia e Pesquisa*, v. 27, n. 2, p. 133–139, jun. 2020.

MOTA, J. C. et al. Inspiratory muscle training in people with chronic obstructive pulmonary disease (COPD): a systematic review. *Fisioterapia e Pesquisa*, v. 30, p. e21028823en, 25 ago. 2023.

OLIVEIRA, A. B. N; GASPAR, L. A.; PRUMES, C. P. Impacto do treinamento muscular inspiratório em pacientes com doença pulmonar obstrutiva crônica: uma revisão da literatura. [s.d].

RODRIGUES, B.; RODRIGUES, B.; MANZANO, R. Efetividade de diferentes protocolos e cargas utilizadas no treinamento muscular inspiratório de indivíduos com DPOC: uma revisão sistemática. [s.d].

VÁZQUEZ-GANDULLO, E. et al. Inspiratory Muscle Training in Patients with Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD) as Part of a Respiratory Rehabilitation Program Implementation of Mechanical Devices: A Systematic Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, v. 19, n. 9, p. 5564, 3 maio 2022.