



TREINAMENTO MUSCULAR RESPIRATÓRIO EM PACIENTES COM DOENÇA PULMONAR OBSTRUTIVA CRÔNICA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

¹Rudson Silva Araújo
¹Rafael Mendes Limeira
¹Pablinne dos Santos Braga
¹Vitor Assis Azevedo
¹Delmiran dos Jesus
¹Washington da Silva Santos

¹ 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/0009-0004-4647-1737>

INTRODUÇÃO: A Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica (DPOC) é caracterizada por obstrução progressiva do fluxo aéreo, geralmente associada ao tabagismo, configurando-se como importante causa de mortalidade e hospitalizações no Brasil. A fisioterapia, especialmente por meio do treinamento muscular respiratório em programas de reabilitação pulmonar, contribui para reduzir a dispneia e melhorar a capacidade funcional. **OBJETIVO:** Avaliar os benefícios do treinamento muscular respiratório em pacientes com DPOC, fundamentado nas condutas e programas de reabilitação descritos na literatura. **MÉTODOS:** Revisão integrativa conduzida conforme recomendações do Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA), a partir da questão norteadora: “Quais os efeitos do treinamento muscular respiratório na função pulmonar e qualidade de vida em pacientes com DPOC?”, estruturada segundo o acrônimo PICO. A busca foi realizada nas bases PubMed, Cochrane e PEDro, em setembro de 2025, utilizando descritores baseados no MeSH: “Pulmonary Disease, Chronic Obstructive”, “Breathing Exercises”, “Respiratory Muscles”, “Pulmonary Rehabilitation”, “Dyspnea” e “Muscle Strength”, combinados pelos operadores booleanos “AND” e “OR”. Incluíram-se artigos originais, em revisões sistemáticas, metanálises e ensaios clínicos randomizados, publicados em português, inglês ou espanhol entre 2020 e 2025. Dos 45 estudos encontrados, após exclusão de duplicatas, leitura de títulos, resumos e textos integrais, 10 foram selecionados. A seleção foi conduzida por dois revisores independentes, e discordâncias resolvidas por consenso. **RESULTADOS/DISCUSSÃO:** Entre os estudos identificados, 32 foram provenientes da PEDro, 12 da PubMed e 1 da Cochrane. Desses, 10 atenderam aos critérios estabelecidos e compuseram a amostra final. Os estudos demonstraram que o treinamento muscular respiratório (TMR) proporciona benefícios consistentes, sobretudo aumento da força inspiratória (P_{Imáx}) mensurada por manovacuometria e da resistência dos músculos inspiratórios, avaliada por testes de endurance em dispositivos de TMR, com impacto positivo sobre dispneia e qualidade de vida. Os ganhos foram mais expressivos em pacientes com maior fraqueza respiratória. Programas domiciliares de TMR mostraram-se eficazes na melhora da P_{Imáx}, tolerância ao exercício (6MWD) e indicadores de qualidade de vida. No entanto, conforme modalidade, intensidade, frequência e

condições basais, os resultados variam. Apesar de o TMR isolado mostrar efeitos benéficos, não há evidências de ganhos adicionais quando associado à reabilitação pulmonar (PR) em pacientes estáveis, reforçando a individualização terapêutica. Em exacerbações agudas, o início precoce de PR associado a estratégias como espirometria de incentivo e TMR é eficaz, acelerando a recuperação e reduzindo complicações. Os achados reforçam a relevância do TMR na reabilitação da DPOC, embora sejam necessários estudos para padronizar protocolos e identificar perfis de pacientes que mais se beneficiam. **CONCLUSÃO:** A literatura evidenciou que o TMR é eficaz na DPOC, promovendo incremento da força inspiratória, redução da dispneia, tolerância ao exercício e qualidade de vida, inclusive em programas domiciliares. Seus efeitos variam conforme protocolos e condições basais, com maiores benefícios em pacientes com fraqueza respiratória. Embora não apresente vantagens adicionais relevantes quando associado à reabilitação pulmonar em pacientes estáveis, destaca-se que, em exacerbações agudas, pode favorecer recuperação mais rápida. Assim, o TMR configura-se como recurso importante para a reabilitação da DPOC, sendo necessária padronização de protocolos e definição de perfis mais responsivos.

Palavras-Chave: Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica; Exercícios respiratórios; Fisioterapia respiratória.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

LI, Y.; CHEN, R.; LIU, L. et al. Breathing exercises in the treatment of COPD: an overview of systematic reviews. *International Journal of Chronic Obstructive Pulmonary Disease*, [S. l.], v. 17, p. 3075-3085, 2022. DOI: 10.2147/COPD.S380209.

MOTA, J. C.; SANTOS, M. R.; SOUSA, L. R. et al. Inspiratory muscle training in people with chronic obstructive pulmonary disease (COPD): a systematic review. *Fisioterapia e Pesquisa*, São Paulo, v. 30, e21028823en, 2023. DOI: 10.1590/1809-2950.00823.

YUN, R.; ZHANG, D.; LI, Y. et al. How breathing exercises influence respiratory muscles and quality of life among patients with COPD? a systematic review and meta-analysis. *Canadian Respiratory Journal*, [S. l.], v. 2021, p. 1-11, 2021. DOI: 10.1155/2021/6648739.