



Tipo do Documento	<b>PROCEDIMENTO / ROTINA</b>	POP. UCM.007 – Página 1/3	
Título do Documento	<b>EXERCÍCIOS RESPIRATÓRIOS: INSPIRAÇÃO FRACIONADA OU EM TEMPOS</b>	Emissão: 24/05/2022 Versão: 01	Próxima revisão: 24/05/2024

## 1. OBJETIVOS

- Melhorar a complacência tóraco-pulmonar;
- Aumentar o incremento da capacidade inspiratória através da adaptação dos suspiros inspiratórios, adicionando uma pausa inspiratória entre os volumes inspiratórios sucessivos;
- Diminuir o trabalho respiratório;
- Auxiliar na remoção de secreções brônquicas;
- Melhorar a capacidade pulmonar;
- Melhorar as trocas gasosas;
- Controlar a respiração com o mínimo de esforço;
- Melhorar a oxigenação;
- Promover um padrão normal relaxado da respiração;
- Auxiliar na eficácia da tosse;
- Melhorar o desempenho nos exercícios.

## 2. MATERIAIS

# CÓPIA CONTROLADA

- Equipamentos de proteção individual ( EPIs ): luva de procedimento, óculos, máscara e touca, avental;
- Estetoscópio;
- Cadeira ou leito.

## 3. DESCRIÇÃO DOS PROCEDIMENTOS

1. Higienizar as mãos( PRT.CCIRAS.001);
2. Utilizar equipamentos de proteção individual ( POP.CCIRAS.003);
3. Explicar ao paciente a proposta e os objetivos do exercício;
4. Realizar a auscultação pulmonar;
5. Posicionar o paciente sentado no leito ou na cadeira;
6. Orientar o paciente para realizar uma inspiração suave e curta, por via nasal, interrompendo-a por curtos períodos de apneia e programação para 2,3,4 ou 6 tempos repetidos;



Tipo do Documento	<b>PROCEDIMENTO / ROTINA</b>	POP. UCM.007 – Página 2/3	
Título do Documento	<b>EXERCÍCIOS RESPIRATÓRIOS: INSPIRAÇÃO FRACIONADA OU EM TEMPOS</b>	Emissão: 24/05/2022	Próxima revisão: Versão: 01 24/05/2024

7. Manter a inspiração por 3 segundos até a próxima inspiração;
8. A repetição dos tempos será feito de acordo com as condições de mobilização torácica do paciente e sua familiarização com a técnica;
9. A expiração é oral e pode ser realizado até o repouso expiratório ou volume residual expiratório médio ou ainda com freno labial;
10. É recomendado iniciar 2 séries de 7 repetições, aumentando gradativamente conforme a tolerância do paciente aos exercícios;
11. Realizar auscultação pulmonar final;
12. Retirar as luvas e lavar as mãos;
13. Registrar o procedimento na avaliação e/ou intercorrência na evolução fisioterapêutica do paciente.

**OBSERVAÇÕES:**

- O fisioterapeuta orienta com o comando verbal a modulação do exercício a ser realizado;
- Essa técnica é contra-indicada quando há aumento da resistência das vias aéreas, em pacientes com tórax instável, fratura de arcos costais e pacientes com déficits neurológicos;
- Evitar compensações do ombro durante a técnica;
- Deve ser realizados em pacientes conscientes e colaborativos;
- Pode ser utilizado em enfermarias clínicas, cirúrgicas, emergências e em UTI adulto;
- Caso o paciente apresente qualquer alteração hemodinâmica, respiratória e/ou neurológica, deve ser suspenso o procedimento, e comunicar a equipe de enfermagem ou médica.

**4. REFERÊNCIAS**

FELTRIM, M. I. Z. ; JARDIM J. R. B. Movimento Toracoabdominal e exercício respiratório: Revisão de literatura. **Rev. Fisioter. Univ. São Paulo**, v. 11, n. 2, p. 105-113, jul./dez 2004.

LEHMANN, J. F. ; KOTTKE, F. J. **Tratado de medicina física e reabilitação de Krussen**. 1 ed. São Paulo: Manole, 1994.

O'SULLIVAN, S. B. ; SCHMITZ, T. J. **Fisioterapia: avaliação e tratamento**. 2 ed. São Paulo: Manole, 1993.

SARMENTO, G. J. V. **Fisioterapia respiratória no paciente crítico**. São Paulo: Manole, 2005.

EMPRESA BRASILEIRA DE SERVIÇOS HOSPITALARES. Hospital Universitário Maria Aparecida Pedrossian/UFMS. **POP: Fisioterapia Hospitalar no Paciente Adulto-Conduitas para Reabilitação**



Tipo do Documento	<b>PROCEDIMENTO / ROTINA</b>	POP. UCM.007 – Página 3/3	
Título do Documento	<b>EXERCÍCIOS RESPIRATÓRIOS: INSPIRAÇÃO FRACIONADA OU EM TEMPOS</b>	Emissão: 24/05/2022	Próxima revisão: Versão: 01 24/05/2024

Respiratória – Unidade de Reabilitação versão 1.0. Publicado no Boletim de Serviço de 18/01/2016. Campo Grande/MS.  
Disponível em:  
<http://www.ebsrh.gov.br/documents/17082/3086452/POP+012+Fisioterapia+Hospitalar+Adulto+Respirat%C3%B3ria+-+alterar.pdf/f5ce86cb-285b-42f6-b82b-1c74e6cf168a>. Acesso em 5 fev. 2021.

## 5. HISTÓRICO DE REVISÃO

VERSÃO	DATA	Descrição da Alteração
01	05/02/2021	Elaboração do Procedimento/rotina.

<b>Elaboração/ Revisão:</b> Maisa de Carvalho Francisco	Data: 05/02/2021
<b>Validação:</b>  Aline Evangelista de Oliveira de Paula, Membro do Grupo de Trabalho - Ofício - SEI 35 (16733749)	Data: 06/10/2021
Silvane Cavalheiro da Silva, Chefe de Setor, Substituto(a) - Despacho - SEI STGQ/SUP/HU-UFGD (16757365)	Data: 06/10/2021
Gisele da Silva Peixoto Zandona, Fisioterapeuta – Despacho - SEI UMULTI/DCDT/GAS/HU-UFGD (16797068)	Data: 09/10/2021
Rafael Sousa Ferreira, Chefe de Unidade, Substituto(a) - Despacho - SEI UCM/DCDT/GAS/HU-UFGD (16857312)	Data: 13/10/2021
Israel Moraes dos Santos, Fisioterapeuta, - Despacho - SEI UTIAD/STESP/DMED/GAS/HU-UFGD (18911940)	Data: 12/01/2022
Jackeline Camargos Pereira – SVSSP	Data: 07/10/2022
Paulo Serra Baruki, Chefe da Divisão Médica, Despacho - SEI DMED/GAS/HU-UFGD (21728620)	Data: 24/05/2022
<b>Aprovação:</b> Thaisa Pase – Gerente de Atenção à Saúde	Data: 24/05/2022