

REVISÃO SISTEMÁTICA E METANÁLISE - INOVAÇÃO EM SAÚDE

**IMPACTO DO TREINAMENTO MUSCULAR RESPIRATÓRIO ASSOCIADO À
REABILITAÇÃO PULMONAR NA CAPACIDADE FUNCIONAL DE IDOSOS
COM DPOC: REVISÃO SISTEMÁTICA**

Luiz Fernando Cavalcanti De Oliveira (luiz.lfco@ufpe.br)

Érica Silva Do Nascimento (ericanascimento0629@gmail.com)

Kerolayne Costa Da Silva Rizzuto (kerolaynecosta.fisio@gmail.com)

Eulaine Souza De Aragão (souzaeulaine@gmail.com)

Nataly Belfort Ferreira Alves (belfortnataly6@gmail.com)

Andreza Viegas Pereira De Lima (andrezaviegas15@gmail.com)

Introdução: A Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica (DPOC) em idosos é agravada pela sarcopenia respiratória, reduzindo drasticamente a tolerância ao esforço. Embora a Reabilitação Pulmonar Padrão (RPP) seja consolidada, a adição do Treinamento Muscular Respiratório (TMR) surge como estratégia para potencializar ganhos funcionais e reduzir a dispneia nesta população vulnerável. Objetivo: Analisar a eficácia da associação do TMR à reabilitação convencional na melhora da capacidade funcional e força muscular respiratória em idosos com DPOC. Metodologia: Revisão sistemática com protocolo registrado no PROSPERO (CRD420261306819). A busca foi realizada em fevereiro de 2026 nas bases PubMed, BVS e PEDro. Foram incluídos ensaios clínicos randomizados que avaliaram idosos (≥ 60 anos) com DPOC, comparando TMR + RPP versus RPP isolada. A qualidade metodológica foi

aferida pela escala PEDro (média 7/10). Resultados: A síntese dos dados revelou que o grupo submetido à terapia combinada apresentou ganhos estatisticamente superiores na Pressão Inspiratória Máxima (Pimax) e na distância percorrida no Teste de Caminhada de 6 Minutos (TC6M), com significância de $p < 0,001$. A análise qualitativa indicou que a carga pressórica específica do TMR otimiza a mecânica ventilatória, repercutindo na redução da dispneia e no aumento da autonomia nas atividades de vida diária. Não foram relatados eventos adversos significativos, reforçando a segurança da intervenção multimodal. Conclusão: A associação do TMR à Reabilitação Pulmonar Padrão é superior às abordagens isoladas no manejo do idoso com DPOC. A integração dessas terapias é determinante para reverter a fraqueza muscular e otimizar a capacidade funcional, devendo ser incorporada aos protocolos clínicos de fisioterapia respiratória.

Palavras-chave: treinamento muscular respiratório; reabilitação pulmonar; capacidade funcional; doença pulmonar obstrutiva crônica; idoso.