



RESUMO EXPANDIDO SUBMETIDO AO XXVI ENID - 2024 - UFPB O USO DE TECNOLOGIAS NA CONSTRUÇÃO DA PERSPECTIVA FISIOTERAPÊUTICA DE PRESCRIÇÃO DE EXERCÍCIOS DOMICILIARES: HEP2GO EM UMA DINÂMICA DE MONITORIA, UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

José Euller Velozo Bezerra;
Sávio Douglas Ferreira Santana;
Suellen Mary Marinho dos Santos Andrade

Programa de Monitoria

CCS - Centro de Ciências da Saúde Campus I - João Pessoa

INTRODUÇÃO

A cinesioterapia é uma área da fisioterapia cujo objetivo principal é voltado para a reabilitação funcional dos pacientes com o uso de exercícios terapêuticos. Torna-se pertinente a implementação de estratégias eficazes para acelerar esse processo. A realização de exercícios domiciliares desempenha um papel imprescindível na promoção da independência do paciente, tornando os efeitos do tratamento mais duradouros.

Os fisioterapeutas são responsáveis pela prescrição de programas de exercícios domiciliares adaptados a diversas condições clínicas, impactando diretamente nos principais sistemas do corpo humano, como os sistemas cardiovascular, respiratório, musculoesquelético e geniturinário. Assim, a incorporação de exercícios domiciliares como parte do tratamento clínico é uma abordagem vital, pois pode acelerar a reabilitação funcional e potencializar a busca pelos resultados terapêuticos objetivados.

Com a ascensão das tecnologias na área da saúde, torna-se indispensável buscar softwares ou aplicativos que auxiliem nesse processo de prescrição terapêutica, entretanto, entraves comuns são o custo dos aplicativos pagos e as limitações dos gratuitos. Diante dessa necessidade, o presente estudo teve como objetivo realizar um relato de experiência de uma dinâmica de monitoria desenvolvida para a resolução de casos clínicos utilizando uma plataforma gratuita e de fácil uso, o HEP2GO.

METODOLOGIA

Este relato de experiência baseou-se em uma dinâmica de monitoria desenvolvida com os alunos do 4º período de fisioterapia da UFPB. O total de 15 alunos foram desafiados a utilizar o HEP2GO e prescrever um protocolo de exercícios domiciliares baseados em casos clínicos desenvolvidos pelos monitores.

Ao final da dinâmica, os monitores reuniram-se para avaliar a desenvoltura, independência e coerência na realização do protocolo, e coletou-se o feedback dos discentes por meio do google forms, avaliando sua percepção quanto à aplicabilidade e utilidade da atividade com as seguintes questões: 1. Como foi sua experiência com o HEP2GO? (a. O aplicativo é de fácil uso e bastante intuitivo; b. O aplicativo é de fácil uso, mas pouco intuitivo; c. O aplicativo é de difícil uso); 2. Qual a sua percepção acerca da im-

portância em saber prescrever os exercícios domiciliares? (a. É extremamente importante saber prescrever exercícios domiciliares; b. É importante saber prescrever exercícios domiciliares; c. É pouco importante saber prescrever exercícios domiciliares; d. Não é importante saber prescrever exercícios domiciliares); 3. O quanto importante você acha que é existir um aplicativo gratuito para a função de prescrição de exercícios? (a. Muito importante; b. Pouco importante; c. Não acho importante); e 4. Percepção sobre a utilidade da dinâmica (a. A dinâmica foi útil e acho que pode me ajudar a prescrever exercícios para meus futuros pacientes; b. A dinâmica foi útil mas não acho que pode me ajudar a prescrever exercícios para meus futuros pacientes; c. A dinâmica não foi útil, e não conseguirá me ajudar a prescrever exercícios para meus futuros pacientes).

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Ao analisar as respostas obtidas do Google Forms, observou-se homogeneidade nas questões respondidas. Os quatro tópicos levantados apresentaram 100% de concordância entre os participantes nas seguintes respostas: “O aplicativo é de fácil uso e bastante intuitivo”, “Acredito que é extremamente importante saber prescrever exercícios domiciliares”, “Muito importante” e “A dinâmica foi útil, e acho que pode me ajudar a prescrever exercícios para meus futuros pacientes”.

Em uma discussão final entre os monitores, chegou-se ao consenso de que na dinâmica realizada foi possível observar: 1. Alta desenvoltura dos discentes na prescrição dos exercícios e resolução dos casos clínicos; 2. Alta independência no uso da ferramenta proposta; 3. Alto índice de coerência e assertividade nos exercícios escolhidos.

O estudo de Nasre-Nasser (2022) analisou a resposta de 174 alunos em uma dinâmica e um dos destaques foi que a didática dos professores é um fator altamente influente no processo de aprendizagem. Nesse contexto, a utilização da resolução de casos clínicos com uma abordagem de “independência assistida” na prescrição de exercícios mostra-se como uma estratégia didática válida. Além de estimular o amadurecimento do raciocínio clínico dos discentes de forma independente, essa metodologia os prepara para uma prática da fisioterapia com a prescrição de exercícios domiciliares como complemento ao tratamento clínico.

Diversos tipos de distúrbios têm a indicação da prescrição de exercícios domiciliares, como traumas ortopédicos diversos, tendinopatias, doenças neurológicas e muitos outros.

Isso ressalta a importância de se ter uma ferramenta gratuita e de fácil acesso para usar como complemento do atendimento fisioterapêutico, como o HEP2GO. Os dados coletados pela perspectiva dos discentes e dos monitores indicam que essa dinâmica de monitoria é potencialmente benéfica para influenciar positivamente a trajetória acadêmica dos discentes, uma vez que a prescrição de exercícios domiciliares é uma prática indispensável na progressão fisioterapêutica.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Foi possível observar que o HEP2GO é um site gratuito de extrema valia para a prática fisioterapêutica na prescrição de exercícios domiciliares. O fato de todos os discentes entenderem essa prescrição de exercícios como algo pertinente traz uma perspectiva positiva sobre o prognóstico dos futuros pacientes que serão atendidos por eles nas disciplinas dos períodos subsequentes. Os autores acreditam veementemente que essa ferramenta pode e deve ser utilizada para aprimorar o conhecimento sobre os exercícios e facilitar a prescrição dos mesmos.

REFERÊNCIAS

ALISON, J. A. et al. Australian and New Zealand Pulmonary Rehabilitation Guidelines. *Respirology*, v. 22, n. 4, p. 800–819, maio 2017.

NASRE-NASSER, R. G. et al. Behind teaching-learning strategies in physiology: perceptions of students and teachers of Brazilian medical courses. *Advances in Physiology Education*, v. 46, n. 1, p. 98–108, 1 mar. 2022;

PICHA, K. J.; HOWELL, D. M. A model to increase rehabilitation adherence to home exercise programmes in patients with varying levels of self-efficacy. *Musculoskeletal Care*, v. 16, n. 1, p. 233–237, mar. 2018;