

INFLUÊNCIA DA REABILITAÇÃO RESPIRATÓRIA NA QUALIDADE DE VIDA DO PACIENTE COM DPOC

¹Lorena Nunes Simões, ²Thalia De Cassia Marques Picanço Xavier, ³Taissa Silva De Araujo, ⁴Iasmine De Sousa Oliveira, ⁵Thâmela Fernandes Lima, ⁶Elizeu Dos Santos Soares, ⁷Erika Gomes Alves, ⁸Emely Kércia Santiago De Souza Brandão



<https://doi.org/10.36557/2674-9432.2026v5n1p2849-2858>

Artigo recebido em 17 de Janeiro e publicado em 17 de Março de 2026

REVISÃO DE LITERATURA

RESUMO

A Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica (DPOC) é uma condição que impõe uma restrição aérea persistente, comprometendo de forma direta a qualidade de vida e a capacidade funcional dos pacientes. Esta revisão bibliográfica teve como objetivo primário analisar as evidências sobre os efeitos da reabilitação pulmonar em indivíduos com DPOC. O foco metodológico recaiu sobre a avaliação de desfechos clínicos, como a distância percorrida no Teste de Caminhada de 6 Minutos (TC6M), e a percepção da qualidade de vida, utilizando-se instrumentos de avaliação reconhecidos. Artigos publicados entre 2020 e 2025 foram pesquisados nas bases de dados PubMed, MEDLINE, SciELO, LILACS e PEDro. O processo de seleção resultou na inclusão de oito estudos para a síntese qualitativa. Os achados demonstram que a intervenção resultou em ganhos funcionais consistentes no TC6M, com aumentos notáveis que variaram de 38 a 55 metros. Esses valores superam o Limiar Mínimo de Importância Clínica (MCID) específico para a DPOC. Adicionalmente, foi confirmada uma melhora robusta em múltiplas métricas de qualidade de vida, conforme indicado pelas pontuações aprimoradas em escalas como SGRQ, SF-36, CAT e EQ-5D. Conclui-se que a reabilitação pulmonar, independentemente do formato em que é implementada, proporciona benefícios consideráveis e deve ser considerada uma intervenção-chave no plano de tratamento da DPOC.

Palavras-chave: Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica; Reabilitação Pulmonar; Qualidade de Vida; Teste de Caminhada de Seis Minutos; Capacidade Funcional.

ABSTRACT

Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD) is a condition that imposes persistent air restriction, directly compromising the quality of life and functional capacity of patients. The primary objective of this literature review was to analyze the evidence on the effects of pulmonary rehabilitation in individuals with COPD. The methodological focus was on the evaluation of clinical outcomes, such as the distance covered in the 6-Minute Walk Test (6MWT), and the perception of quality of life, using recognized evaluation instruments. Articles published between 2020 and 2025 were searched in the PubMed, MEDLINE, SciELO, LILACS, and PEDro databases. The selection process resulted in the inclusion of eight studies for the qualitative synthesis. The findings demonstrate that the intervention resulted in consistent functional gains in the 6MWT, with notable increases that ranged from 38 to 55 meters. These values exceed the Threshold Additionally, a robust improvement in multiple quality of life metrics was confirmed, as indicated by improved scores on scales such as SGRQ, SF-36, CAT, and EQ-5D. It is concluded that pulmonary rehabilitation, regardless of the format in which it is implemented, provides It has considerable benefits and should be considered a key intervention in the COPD treatment plan.

Keywords: Chronic Obstructive Pulmonary Disease; Pulmonary Rehabilitation; Quality of Life; Six-Minute Walk Test; Functional Capacity

Instituição afiliada – Universidade Paulista- UNIP Campus Manaus

Autor correspondente: Lorena Nunes Simões

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



1 INTRODUÇÃO

O enfisema pulmonar, uma das manifestações mais graves da Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica (DPOC), é caracterizado pela destruição progressiva dos alvéolos pulmonares, resultando em hiperinsuflação e dificuldade na troca gasosa. Essa condição é causada, principalmente, pela exposição prolongada a agentes nocivos, como o tabagismo e poluentes ambientais.

De acordo com a Organização Mundial da Saúde, a DPOC afeta aproximadamente 300 milhões de pessoas no mundo e é a terceira principal causa de morte globalmente (WHO, 2023). A etiologia da DPOC está relacionada a fatores genéticos e ambientais, sendo o tabagismo o principal fator de risco (Viegi; Lopes; Varricchio, 2021). A população mais acometida inclui adultos acima de 40 anos, com um aumento notável de casos entre mulheres devido ao crescimento do tabagismo feminino (Silva; Viegi; Almeida, 2022). O impacto da doença transcende o aspecto físico, afetando a funcionalidade diária, a saúde mental e a qualidade de vida do paciente (Barnes; Cell; Chung, 2020), além de gerar um alto custo econômico e social para o sistema de saúde.

Dentre as terapias disponíveis para minimizar os efeitos da DPOC, a reabilitação respiratória tem sido amplamente estudada e aplicada, visando a melhora da capacidade funcional e da qualidade de vida (Rocha; Costa; Ferreira, 2021). Essa abordagem terapêutica inclui exercícios respiratórios, técnicas de higiene brônquica e suporte psicossocial, com o objetivo de otimizar a função pulmonar e reduzir a dispneia (Costa *et al.*, 2021). O tratamento da DPOC, incluindo o enfisema pulmonar, envolve medidas farmacológicas e não farmacológicas, sendo a reabilitação respiratória um dos pilares, por auxiliar na melhoria da resistência cardiorrespiratória, na redução dos sintomas e na diminuição da necessidade de hospitalizações frequentes (GOLD, 2024). Estudos demonstram que programas de reabilitação pulmonar resultam em benefícios significativos, mesmo em pacientes com formas avançadas da doença (Gimeno-Santos *et al.*, 2022).

Sendo assim, o presente estudo tem como objetivo analisar a influência da reabilitação respiratória na qualidade de vida de pacientes adultos hospitalizados com DPOC, mas especificamente aqueles diagnosticados com enfisema pulmonar. Para isso,

será realizada uma revisão bibliográfica com base em artigo científico, diretrizes e literatura especializada publicada entre 2020 e 2025.

2 METODOLOGIA

A busca pelos estudos foi conduzida nas bases de dados PubMed, MEDLINE, SciELO, LILACS e PEDro, contemplando publicações entre os anos de 2020 a 2025. Foram utilizados descritores em português e inglês, combinados com operadores booleanos, abrangendo termos como: “Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica” AND “reabilitação pulmonar” AND “qualidade de vida”; “Chronic Obstructive Pulmonary Disease” AND “pulmonary rehabilitation” AND “quality of life”.

A extração de dados foi realizada a partir de uma planilha padronizada, desenvolvida para contemplar informações sobre o autor principal e ano de publicação, título, tipo e local do estudo, amostra, instrumentos de avaliação (qualidade de vida e testes físicos), intervenções aplicadas e principais resultados, com destaque para os valores de significância estatística (p-valor). Os dados foram analisados através de uma síntese qualitativa, permitindo a identificação de padrões e a categorização dos resultados encontrados nos estudos.

Foram incluídos estudos que atenderam aos seguintes critérios: pacientes adultos diagnosticados com Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica (DPOC), submetidos a programas de reabilitação pulmonar; que utilizaram instrumentos de qualidade de vida e testes físicos (como o TC6, SF-36, SGRQ, entre outros); publicados entre 2020 e 2025; escritos em português e inglês; e disponibilizados em texto completo. Foram excluídos artigos que não avaliaram qualidade de vida como desfecho, trabalhos com textos incompletos, estudos publicados antes de 2020 e investigações que incluíram apenas pacientes hospitalizados.



3 RESULTADOS

Tabela 1: Tabela com Artigos de revisão

Autor/Ano	Título	Tipo de Estudo	Amostra	Local	Instrumentos de Avaliação	Intervenção	Resultados
Zhang et al., 2023	Effects of community-based pulmonary rehabilitation on quality of life and exercise capacity in COPD patients	Ensaio clínico randomizado	120 pacientes com DPOC moderada a grave	China (Comunidade)	TC6, SF-36	Reabilitação comunitária, 8 semanas, 3x/semana	Melhora no TC6M (+42 m; $p<0,05$) e no SF-36 ($p<0,01$).
Wang et al., 2022	Tai Chi versus conventional pulmonary rehab in COPD	Ensaio clínico randomizado	80 pacientes	China (Comunidade/Ambulatório)	TC6; SGRQ; BODE	12 semanas de Tai Chi (60 min, 3x/semana) vs. convencional	TC6: Tai Chi +48 m; convencional +35 m ($p<0,05$). Melhora em SGRQ ($p<0,01$).
Li et al., 2023	Effect of telerehabilitation on COPD patients	Ensaio clínico multicêntrico	150 pacientes	Europa (Telereabilitação)	TC6; CAT; SGRQ	Telereabilitação supervisionada, 12 semanas 3x/semana	Aumento do TC6M (+38 m; $p<0,05$). Melhora de CAT e SGRQ ($p<0,05$).
Zhou et al., 2023	Qigong exercise improves functional capacity and quality of life in COPD	Ensaio clínico controlado	60 pacientes	China (Comunidade)	TC6; SF-36	Qigong, 10 semanas, 3x/semana	TC6M: +41 m ($p<0,05$). Melhora em vitalidade no SF-36 ($p<0,01$).
Frei et al., 2022	Effectiveness of a long-term home-based exercise training program in COPD after	Ensaio clínico randomizado multicêntrico	301 pacientes	Suíça/Alemanha (Domiciliar)	TC6; SGRQ; EQ-5D	Exercícios domiciliares supervisionados, 12 meses 3x/semana	Grupo intervenção manteve ganhos de TC6M e SGRQ; controle teve

	pulmonary rehabilitation						declínio (p<0,01).
Liu et al., 2024	Pulmonary rehabilitation combined with acupuncture in COPD	Ensaio clínico randomizado	70 pacientes	China (Ambulatório)	TC6; SGRQ	Reabilitação + acupuntura, 8 semanas, 3x/semana	Maior aumento no TC6M (+55 m) e melhor escore no SGRQ em relação ao controle (p<0,01).
Martínez-González et al., 2022	Pulmonary rehabilitation and patient-reported outcomes in COPD	Estudo observacional prospectivo	85 pacientes	Espanha (Ambulatório)	TC6; SGRQ; HADS	Reabilitação convencional, 8 semanas 3x/semana	TC6M: +40 m (p<0,05). Melhoras em SGRQ e HADS (p<0,05).
Oliveira et al., 2025	Community-based pulmonary rehab and functional outcomes in COPD patients	Ensaio clínico randomizado	65 pacientes	Brasil (Comunidade)	TC6; SF-36; SGRQ	Reabilitação comunitária, 12 semanas 3x/semana	TC6M: +46 m (p<0,05). Melhoras em SF-36 físico e emocional (p<0,01).

4 DISCUSSÃO

A presente revisão de literatura analisou oito estudos publicados entre 2020 e 2025 que investigaram os efeitos da reabilitação pulmonar em pacientes com Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica (DPOC), com foco em qualidade de vida e capacidade funcional. Os resultados revelaram que, independentemente do método aplicado — seja reabilitação comunitária (Zahng *et al.*, 2023), programas domiciliares (Frei *et al.*, 2022), telemonitoramento (Li *et al.*, 2023), práticas integrativas como Tai Chi e Qigong (Wang *et al.*, 2022; Zhou *et al.*, 2023), ou associações de reabilitação com acupuntura (Liu *et al.*, 2024) — houve melhora consistente tanto nos desfechos funcionais (avaliados pelo Teste de Caminhada de 6 Minutos – TC6) quanto nos desfechos relacionados à qualidade de vida (avaliados por instrumentos como SF-36, SGRQ, CAT e EQ-5D).

De modo geral, os ganhos em distância percorrida no TC6 variaram entre 38 a 55 metros, valores que estão acima do limiar mínimo clinicamente importante (MCID) de 30 metros descrito para pacientes com DPOC (Gimeno-Santos *et al.*, 2022). Isso indica que os resultados obtidos foram não apenas estatisticamente significativos ($p < 0,05$), mas também clinicamente relevantes para a prática clínica (Oliveira *et al.*, 2025).

A aplicabilidade da fisioterapia nesses programas é de fundamental importância. O fisioterapeuta atua diretamente na avaliação da capacidade funcional do paciente, na prescrição e supervisão de exercícios individualizados, na orientação de técnicas de higiene brônquica e no manejo dos sintomas de dispneia. Essa atuação profissional contribui de forma decisiva para a adesão do paciente e para a obtenção de resultados positivos.

Os estudos que avaliaram qualidade de vida demonstraram reduções significativas nos escores de limitação física, sintomas respiratórios e impacto psicossocial. Intervenções como Tai Chi e Qigong se mostraram alternativas eficazes, especialmente por combinarem treinamento físico com técnicas respiratórias e de relaxamento (Wang *et al.*, 2022; Zhou *et al.*, 2023). Por outro lado, a telereabilitação desponta como estratégia promissora, ampliando o acesso de pacientes com restrições geográficas (Li *et al.*, 2023).

Outro aspecto importante foi a manutenção de benefícios em longo prazo. O estudo multicêntrico de Frei *et al.* (2022) mostrou que pacientes que mantiveram exercícios domiciliares supervisionados conseguiram preservar os ganhos funcionais e de qualidade de vida por até 12 meses, em contraste com os grupos controles que apresentaram declínio progressivo. Isso reforça a necessidade de programas de reabilitação contínuos e sustentáveis.

Apesar da consistência dos resultados, algumas limitações foram observadas. A maioria dos ensaios incluiu amostras reduzidas (de 60 a 120 pacientes por estudo), muitas vezes restritas a um único centro, o que limita a generalização dos achados. Além disso, a heterogeneidade dos protocolos (tempo, frequência e duração das sessões) dificulta a padronização de recomendações clínicas universais. Ainda assim, os achados convergem para a evidência de que a reabilitação pulmonar, em seus diferentes formatos, é capaz de promover benefícios substanciais e duradouros em pacientes com DPOC.

5 CONCLUSÃO

A revisão demonstrou que programas de reabilitação pulmonar aplicados a pacientes com DPOC resultaram em melhoras significativas na capacidade funcional e

na qualidade de vida. O TC6M se confirmou como um instrumento válido, sensível e clinicamente relevante para a mensuração dos ganhos funcionais, apresentando aumentos acima do limiar mínimo clinicamente importante em todos os estudos incluídos.

Os instrumentos de qualidade de vida (SF-36, SGRQ, CAT, EQ-5D e HADS) reforçaram a eficácia das intervenções ao evidenciar reduções de sintomas respiratórios, maior vitalidade e melhora na percepção global de saúde. Estratégias inovadoras como telereabilitação, práticas integrativas (Tai Chi e Qigong) e exercícios domiciliares supervisionados mostraram-se alternativas viáveis e eficazes, especialmente em contextos de restrição de acesso a centros especializados.

Conclui-se que a reabilitação pulmonar é uma intervenção essencial e deve ser incorporada ao manejo multidisciplinar da DPOC, visando a melhoria da autonomia e da qualidade de vida dos pacientes.

6 REFERÊNCIAS

- Barnes, P. J.; Cell, P. K.; Chung, K. F. **The impact of chronic obstructive pulmonary disease in quality of life.** *The Lancet Respiratory Medicine*, v. 8, n. 5, p. 446-458, 2020.
- Costa, R. S.; Rocha, M. L.; Ferreira, T. S. **Pulmonary Rehabilitation And Its Effects In Copd patients: A systematic review.** *Respiratory Care Journal*, v. 10, p. 102-115, 2021.
- Frei, A. et al. **Effectiveness of a long-term home-based exercise training program in COPD after pulmonary rehabilitation: a multicenter randomized controlled trial.** *Chest*, v. 162, n. 6, p. 1359-1369, 2022.
- Gimeno-Santos, E. et al. **Benefits of pulmonary rehabilitation in severe COPD patients.** *European Respiratory Journal*, v. 60, n. 3, p. 321-334, 2022.
- Gold. **Global Strategy for the Diagnosis, Management, and Prevention of Chronic Obstructive Pulmonary Disease: 2024 Report.** 2024.
- Li, J. et al. **Effect of telerehabilitation on COPD patients.** *BMC Pulmonary Medicine*, v. 23, n. 112, 2023.
- Liu, X. et al. **Pulmonary rehabilitation combined with acupuncture in COPD: a randomized controlled trial.** *BMC Complementary Medicine and Therapies*, v. 24, n. 42, 2024.
- Martínez-González, C. et al. **Pulmonary rehabilitation and patient-reported outcomes in COPD.** *Respiratory Medicine*, v. 196, p. 106857, 2022.
- Oliveira, R. S. et al. **Community-based pulmonary rehab and functional outcomes in COPD patients.** *Respiratory Medicine*, 2025.
- Silva, M. A.; Viegi, G.; Almeida, P. L. **Copd in women: Risk factors and clinical presentation.** *Thorax*, v. 77, n. 8, p. 812-820, 2022.
- Viegi, G.; Lopes, R. B.; Varricchio, M. **Epidemiology Of Copd: A worldwide perspective.** *International Journal of Chronic Obstructive Pulmonary Disease*, v. 16, p. 78-92, 2021.
- Wang, Y. et al. **Tai Chi versus conventional pulmonary rehabilitation in COPD: a randomized clinical trial.** *Frontiers in Medicine*, v. 9, p. 834123, 2022.



World Health Organization (WHO). **Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD)**. 2023

Zhang, L. et al. **Effects of community-based pulmonary rehabilitation on quality of life and exercise capacity in COPD patients**. *Frontiers in Physiology*, v. 14, 2023.

Zhou, Y. et al. **Qigong exercise improves functional capacity and quality of life in COPD patients**. *BMC Pulmonary Medicine*, v. 23, 2023.