



## A IMPORTÂNCIA DA PRÁTICA CURRICULAR DE EXTENSÃO PARA APROXIMAR A SALA DE AULA DA COMUNIDADE

Karen Aparecida Brito Silva<sup>1</sup>

Karen Avelar Leopoldino Reis<sup>1</sup>

Maria Luiza Albino Gomes<sup>1</sup>

Thaisa Araujo de Melo<sup>1</sup>

Thays Fernandes Guimarães<sup>1</sup>

Gisele do Carmo Leite Machado Diniz<sup>2</sup>

**INTRODUÇÃO:** A asma é uma doença inflamatória crônica causada por hiper-responsividade das vias aéreas inferiores. É caracterizada pela limitação variável ao fluxo aéreo que pode ser reversível espontaneamente ou com tratamento, manifestando-se clinicamente por episódios recorrentes de chiado, dispneia, dor no peito e tosse. (EGGERT; MAJUMDAR, 2021). Dessa forma, é importante que pacientes asmáticos sejam devidamente orientados sobre fatores desencadeantes da crise asmática, bem como sobre como proceder nestas situações. Assim, a partir de uma prática curricular de extensão vinculada à disciplina de Fisioterapia respiratória, o objetivo deste trabalho foi realizar uma atividade de educação em saúde com uma paciente asmática familiar de uma das integrantes do grupo. **MATERIAL E MÉTODOS:** Inicialmente, um referencial teórico foi elaborado para uma melhor compreensão da doença e de suas consequências. Em seguida os integrantes do grupo fizeram uma visita domiciliar para conhecer a paciente, o ambiente em que ela morava, bem como compreender o quadro clínico atual. De posse dos dados desta pequena avaliação inicial, uma cartilha com orientações relacionadas à prevenção e manejo da asma foi elaborada para a paciente, inclusive indicando alguns exercícios que ela poderia realizar durante as exacerbações das crises asmática. A paciente selecionada foi do sexo feminino, 25 anos, com diagnóstico de asma aos 6 anos de idade. Inicialmente, foi realizada uma pequena entrevista acerca da história clínica da paciente e, em seguida, o grupo realizou um teste para avaliar a tolerância ao exercício. Ao final deste, a paciente relatou sensação de cansaço e falta de ar, que melhorou após o repouso. Em seguida foi realizada uma medida do pico de fluxo

---

<sup>1</sup> Discentes do curso de Fisioterapia da Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais, Betim-MG.

<sup>2</sup> Fisioterapeuta /Mestre/Professora do Curso de Fisioterapia. PUC Minas Betim, gisele@pucminas.br.

expiratório através do aparelho Peak Flow. A partir dos dados obtidos nesta pequena avaliação, uma cartilha informativa sobre práticas que poderiam ajudar a evitar as crises asmáticas e que ela poderia passar a adotar no seu cotidiano foi entregue à paciente na segunda visita presencial. Uma outra cartilha contendo alguns exercícios para melhorar a respiração e o condicionamento físico também foi entregue à mesma. Simultaneamente, foram dadas explicações claras sobre os objetivos, benefícios, bem como a forma de executar cada exercício orientado. Após um mês, foi elaborado um questionário para avaliar qual foi a percepção da paciente com relação a nossa intervenção, qual o nível de relevância que os exercícios realizados tiveram para ela e como foi a sua adesão as técnicas propostas.

**RESULTADOS e DISCUSSÃO:** A paciente foi receptiva às orientações dadas e deu ao grupo um retorno positivo pois, além de ter relatado uma melhora da consciência corporal, informou que os exercícios ajudaram-na a controlar e manter a calma durante as crises asmáticas. Ademais, a partir da intervenção realizada ela compreendeu a importância de se inserir em um programa de exercícios físicos por ter percebido o quanto o seu sedentarismo prévio repercutia de forma negativa em seu sistema respiratório. **CONSIDERAÇÕES FINAIS:** A realização dessa prática extensionista permitiu não apenas a construção e compartilhamento de competências técnicas, mas também de outras habilidades e competências necessárias à formação do fisioterapeuta tais como empatia e trabalho em equipe.

**Palavras-chave:** Extensão; Asma; Exercícios.

**Keywords:** Extension; Asthma; Exercises.

## REFERÊNCIAS

EGGERT, Lauren; MAJUMDAR, Sourav. Asma em adultos. BMJ Best Practice, 22 de março 2021. Disponível em: <file:///C:/Users/Usuario/Downloads/Asma+em+adultos-+BMJ+Best+practice.pdf> . Acesso em: 02 de Out de 2023.