

## IMPACTO DO EXERCÍCIO FÍSICO NAS SEQUELAS DE PACIENTES PÓS COVID-19

**Juliana Landolfi Maia**  
**Julia Silvério das Neves**  
**Henrique Matheus Medeiros de Mello Dias**

### Resumo

A chegada do Covid-19 trouxe inúmeros problemas sendo eles as sequelas e a ausência de atividade física da população em geral. A COVID-19, doença causada pelo vírus SARS-CoV 2 é responsável por uma das maiores pandemias já presenciadas pela humanidade, gerando consequências crônicas, como, por exemplo, problemas cardiorrespiratórios, diabetes, pressão alta, perda de memória e massa muscular, prejudicando a capacidade aeróbica e funcional nas atividades físicas. A importância de analisar esses dados podem trazer possíveis resultados positivos em como combater as sequelas do covid-19 através do exercício físico. As recomendações de isolamento trouxeram inúmeros problemas físicos e sociais. Inevitavelmente, as medidas restritivas adotadas com o intuito de conter o número de mortes por COVID-19, afetaram drasticamente o nível de atividade física populacional. A Sociedade Brasileira de Medicina do Esporte e Exercício chama atenção para a importância da prática de exercícios físicos para a melhora da função imunológica e das defesas do organismo diante de agentes infecciosos como o COVID-19. O estudo tem por finalidade avaliar o impacto do exercício físico nas sequelas em pacientes pós-COVID-19, buscando identificar e sintetizar as evidências disponíveis na literatura, avaliando critérios de seleção, extração e análise de dados. A construção do estudo foi realizada pelo PubMed e Scielo, realizando combinações de palavras-chaves relacionadas ao exercício físico e COVID-19 estabelecendo critérios de pulmonar, função muscular, inclusão utilizando as intervenções de exercício físico como componente principal, avaliação de desfechos relacionados à capacidade qualidade de vida e sintomas. Os resultados do estudo ainda não foram concluídos.

**Palavras chave:** Síndrome pós-COVID-19 aguda; Exercício físico; Atividade Física; Aptidão física.