

A IMPORTÂNCIA DA ABORDAGEM FISIOTERAPÊUTICA INDIVIDUALIZADA NA REABILITAÇÃO E QUALIDADE DE VIDA APÓS O ACIDENTE VASCULAR CEREBRAL

THE IMPORTANCE OF AN INDIVIDUALIZED PHYSIOTHERAPEUTIC APPROACH IN REHABILITATION AND QUALITY OF LIFE AFTER STROKE

LA IMPORTANCIA DE UN ENFOQUE FISIOTERAPÉUTICO INDIVIDUALIZADO EN LA REHABILITACIÓN Y LA CALIDAD DE VIDA DESPUÉS DE UN ACCIDENTE CEREBROVASCULAR

Ana Luiza Lopes da Costa¹
Dheborá Alves Nascimento²
Meury Kethely Alves Feitosa³
Ezaquilane Pereira Gonçalves⁴
Layssa Cristina Gomes dos Santos⁵

RESUMO: O presente estudo teve como objetivo descrever a importância da abordagem fisioterapêutica individualizada na reabilitação e na qualidade de vida de pacientes pós-Acidente Vascular Cerebral. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, conduzida em seis etapas, com busca realizada nas bases LILACS, MEDLINE e BDNF, por meio da Biblioteca Virtual em Saúde, entre fevereiro e março de 2025. Foram incluídos artigos publicados entre 2020 e 2026, totalizando cinco estudos após aplicação dos critérios de elegibilidade. Os resultados demonstraram que a fisioterapia exerce papel fundamental na recuperação funcional, promovendo melhora da mobilidade, independência nas atividades de vida diária e qualidade de vida. Intervenções como exercícios terapêuticos, eletroterapia, terapia por contenção induzida, reabilitação domiciliar e estratégias baseadas na neuroplasticidade mostraram-se eficazes, especialmente quando aplicadas de forma individualizada e precoce. Além disso, a atuação multiprofissional e o envolvimento familiar foram identificados como fatores relevantes no processo de reabilitação. Conclui-se que a abordagem fisioterapêutica individualizada é essencial para melhores desfechos clínicos em pacientes pós-AVC, embora sejam necessários mais estudos para fortalecer as evidências científicas na área.

Palavras-chave: Pós-Acidente Vascular Cerebral. Intervenção Fisioterapêutica. Qualidade de Vida.

¹ Graduanda do curso de Fisioterapia, pelo Centro Universitário Planalto do Distrito Federal (Uniplan).

² Graduanda do curso de Fisioterapia, pelo Centro Universitário Planalto do Distrito Federal (Uniplan).

³ Graduanda do curso de Fisioterapia, pelo Centro Universitário Planalto do Distrito Federal (Uniplan).

⁴ Graduanda do curso de Fisioterapia, pelo Centro Universitário Planalto do Distrito Federal (Uniplan).

⁵ Graduanda do curso de Fisioterapia, pelo Centro Universitário Planalto do Distrito Federal (Uniplan).

ABSTRACT: This study aimed to describe the importance of an individualized physiotherapy approach in the rehabilitation and quality of life of post-stroke patients. It is an integrative literature review, conducted in six stages, with searches performed in the LILACS, MEDLINE, and BDENF databases through the Virtual Health Library between February and March 2025. Articles published between 2020 and 2026 were included, totaling five studies after applying the eligibility criteria. The results demonstrated that physiotherapy plays a fundamental role in functional recovery, promoting improved mobility, independence in activities of daily living, and quality of life. Interventions such as therapeutic exercises, electrotherapy, constraint-induced movement therapy, home rehabilitation, and neuroplasticity-based strategies proved effective, especially when applied individually and early. Furthermore, multidisciplinary action and family involvement were identified as relevant factors in the rehabilitation process. In conclusion, an individualized physiotherapy approach is essential for better clinical outcomes in post-stroke patients, although further studies are needed to strengthen the scientific evidence in this area.

Keywords: Post-Stroke. Physiotherapeutic Intervention. Quality of Life.

RESUMEN: Este estudio tuvo como objetivo describir la importancia de un enfoque de fisioterapia individualizado en la rehabilitación y la calidad de vida de pacientes post-ictus. Se trata de una revisión bibliográfica integradora, realizada en seis etapas, con búsquedas en las bases de datos LILACS, MEDLINE y BDENF a través de la Biblioteca Virtual en Salud entre febrero y marzo de 2025. Se incluyeron artículos publicados entre 2020 y 2026, lo que resultó en un total de cinco estudios tras aplicar los criterios de elegibilidad. Los resultados demostraron que la fisioterapia desempeña un papel fundamental en la recuperación funcional, promoviendo una mejor movilidad, independencia en las actividades de la vida diaria y calidad de vida. Intervenciones como ejercicios terapéuticos, electroterapia, terapia de movimiento inducido por restricción, rehabilitación domiciliaria y estrategias basadas en la neuroplasticidad demostraron ser efectivas, especialmente cuando se aplicaron de forma individual y temprana. Además, la acción multidisciplinaria y la participación familiar se identificaron como factores relevantes en el proceso de rehabilitación. En conclusión, un enfoque de fisioterapia individualizado es esencial para obtener mejores resultados clínicos en pacientes post-ictus, aunque se necesitan más estudios para fortalecer la evidencia científica en este ámbito.

2

Palabras clave: Post-ictus. Intervención fisioterapéutica. Calidad de vida.

INTRODUÇÃO

O Acidente Vascular Cerebral (AVC) ocorre quando há interrupção ou redução do fluxo sanguíneo para determinada região do cérebro, comprometendo o fornecimento de oxigênio e nutrientes às células cerebrais. Entre os principais fatores de risco destaca-se a hipertensão arterial sistêmica (HAS), condição que pode levar ao rompimento de vasos sanguíneos cerebrais, resultando no AVC hemorrágico. Além disso, níveis elevados de pressão arterial favorecem alterações vasculares e a formação de coágulos, podendo

ocasionar o AVC isquêmico, caracterizado pela obstrução de vasos cerebrais. Nesse contexto, o controle da pressão arterial (PA) desempenha papel fundamental tanto na prevenção quanto no tratamento dessa condição. Atualmente, o AVC figura entre as dez principais causas de mortalidade no Brasil e apresenta elevado impacto na morbidade, uma vez que muitos sobreviventes desenvolvem sequelas graves ou incapacitantes (SANTOS; WATERS, 2020).

O AVC constitui uma das principais causas de incapacidade funcional a longo prazo. Estima-se que aproximadamente $1/3$ dos indivíduos que sobrevivem a esse evento apresente algum tipo de limitação permanente. Além disso, cerca de 50% desses pacientes passam a depender de auxílio para realizar atividades básicas do cotidiano, como caminhar, se vestir, se alimentar e cuidar da própria higiene. Outro dado relevante indica que aproximadamente 70% dos sobreviventes não conseguem retornar às atividades profissionais que desempenhavam antes do episódio, gerando impactos importantes não apenas na vida do indivíduo, mas também no contexto familiar, social e econômico (JÚNIOR et al., 2023).

Os indivíduos acometidos por AVC frequentemente apresentam diversas sequelas, como alterações motoras, funcionais, cognitivas e distúrbios de linguagem, que podem resultar em incapacidade e dependência, comprometendo a realização das atividades de vida diária (AVDs). Entre as principais sequelas destacam-se a hemiparesia, caracterizada pela fraqueza ou paralisia parcial de um lado do corpo, e a hemiplegia, que corresponde à paralisia total de um hemisfério corporal. Além disso, podem ocorrer alterações na sensibilidade, dificuldades na comunicação, desequilíbrio postural e transtornos psicológicos, como a depressão, impactando significativamente a qualidade de vida dos indivíduos afetados (SOUZA et al., 2024).

De acordo com Sales et al., (2023) a incapacidade funcional é uma das sequelas mais significativas decorrentes do AVC, podendo gerar dependência total ou parcial dos pacientes e dificultar a realização das atividades cotidianas. Diante desse cenário, torna-se necessária a atuação de uma equipe multiprofissional, composta por profissionais como fisioterapeutas, enfermeiros e médicos, a fim de promover a reabilitação e melhorar a qualidade de vida desses indivíduos.

Tradicionalmente, os processos de reabilitação eram baseados em protocolos biomédicos de caráter mecanicista. No entanto, evidências atuais apontam para a importância de abordagens terapêuticas que considerem os princípios da neuroplasticidade, estimulada por meio de tarefas funcionais, específicas e desafiadoras, capazes de favorecer o aprendizado e a reorganização motora (LIMA et al., 2025).

Nesse contexto, torna-se fundamental a adoção de uma abordagem fisioterapêutica individualizada, centrada nas necessidades e objetivos do paciente. O fisioterapeuta deve atuar como facilitador do movimento, utilizando instrumentos de avaliação funcional, como a Medida de Independência Funcional (MIF) e o Índice de Barthel, além de integrar o ambiente domiciliar e a participação familiar no processo de reabilitação (BARBOSA et al., 2024).

Dessa forma, a personalização das intervenções pode contribuir para a melhora do prognóstico funcional e da qualidade de vida de indivíduos no período pós-AVC. Métodos como a fisioterapia aquática, a terapia de contenção induzida por movimento, a aplicação da estimulação elétrica nervosa transcutânea (TENS) e da estimulação elétrica funcional (FES), além da combinação de exercícios de dupla tarefa, que integram componentes cognitivos e motores, têm se mostrado estratégias eficazes na reabilitação de pacientes pós-AVC (MAGRO; RESENDE; LACERDA, 2024).

Essas intervenções, associadas ao tratamento fisioterapêutico individualizado, permitem que as terapias sejam adequadas às necessidades e limitações de cada paciente, potencializando os resultados da reabilitação. Esses procedimentos contribuem para a melhora da marcha, da função motora, da coordenação, do equilíbrio e da capacidade funcional, auxiliando na recuperação da independência nas AVDs (SILVEIRA et al., 2017).

Sendo assim, a presente pesquisa tem como objetivo descrever a importância da abordagem fisioterapêutica individualizada na reabilitação e qualidade de vida de pacientes pós-AVC.

MÉTODOS

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, conduzida em seis etapas: (1) definição do tema, (2) busca em bases indexadas, (3) seleção de estudos, (4) extração e organização de dados, (5) análise crítica e (6) síntese e apresentação dos resultados (DANTAS et al., 2022).

A elaboração da pergunta norteadora foi realizada por meio da estratégia PICO, estabelecida da seguinte forma: **P** – pacientes pós-Acidente Vascular Cerebral; **I** – abordagem fisioterapêutica individualizada; **Co** – reabilitação e qualidade de vida. A partir da estratégia PICO definiu-se a seguinte pergunta norteadora: “Qual a importância da abordagem fisioterapêutica individualizada na reabilitação e na qualidade de vida de pacientes pós-Acidente Vascular Cerebral?”

A coleta de dados ocorreu em fevereiro e março de 2025, utilizando buscas avançadas na base de dados da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) que engloba as bases de dados da LILACS, MEDLINE e BDENF. Foram empregadas as palavras-chave: pós-acidente vascular cerebral, intervenção fisioterapêutica, qualidade de vida, resultando em 959 artigos inicialmente identificados (Quadro 1).

Quadro 1. Estratégia de busca na base de dados.

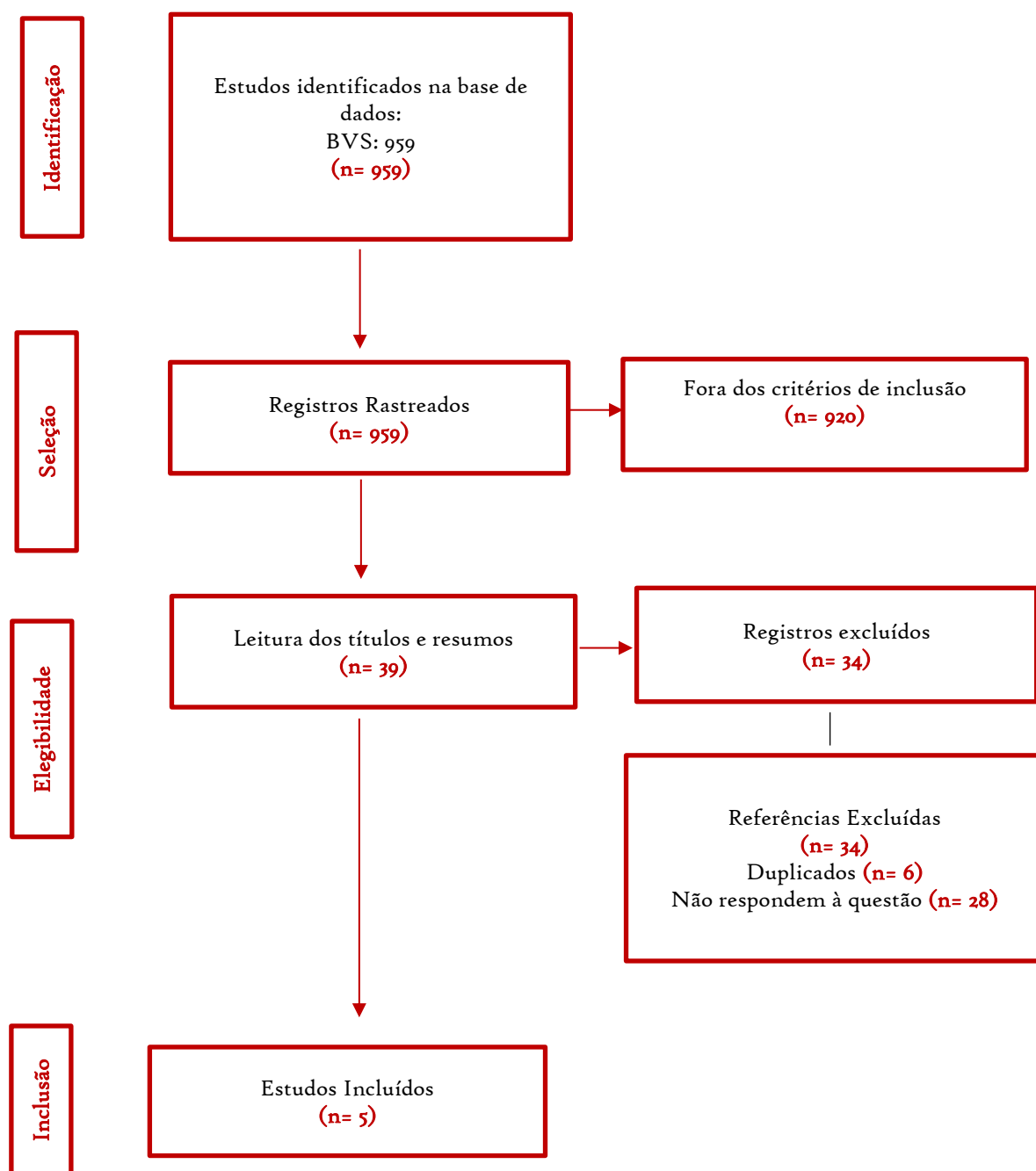
Base de Dados	Estratégia de Busca	Quantitativo
BVS	pós-acidente vascular cerebral AND intervenção fisioterapêutica AND qualidade de vida	959
TOTAL		959

Fonte: Autoras da Pesquisa (2026).

Para a seleção das fontes, foram incluídos artigos publicados entre 2020 e 2026, em qualquer idioma, disponíveis gratuitamente e que abordassem a problemática proposta. Excluíram-se estudos não alinhados à questão norteadora, duplicados e fora do lapso temporal.

O processo de seleção seguiu as diretrizes do método PRISMA garantindo a transparência e rigor na seleção dos estudos incluídos (Figura 1).

Figura 1. Fluxograma de seleção dos artigos incluídos segundo o PRISMA.



Fonte: Adaptação do método PRISMA
(PAGE et al., 2023).

RESULTADOS

Inicialmente foram identificadas 959 evidências, publicadas entre 2020 e 2026, das quais apenas 5 foram selecionados para análise, com maior número de publicações de 2020, indicando crescente interesse no tema.

Os dados desta revisão foram sistematizados em um quadro a fim de facilitar a compreensão dos achados (Quadro 2).

Quadro 2. Síntese dos estudos incluídos na Revisão Integrativa.

Autor/es(Ano)	Título	Tipo de Estudo	Achados e considerações
ALVES et al., (2018)	Análise das principais intervenções fisioterapêuticas usadas em pacientes vítimas de acidente vascular cerebral	Estudo transversal, quantitativo.	As principais intervenções fisioterapêuticas usadas em pacientes sequelados pós acidente vascular cerebral, corresponde à utilização de alongamentos, treino de coordenação e equilíbrio, fortalecimento muscular, facilitação neuroproprioceptiva, e prancha ortostática.
BORGES et al., (2020)	A importância da reabilitação fisioterápica na qualidade de vida dos pós acidente vascular encefálico	Revisão Integrativa.	A fisioterapia contribui para a melhora da qualidade de vida (QV) em pacientes acometidos pelo acidente vascular encefálico e se mostra muito importante a respeito de orientações ao cuidador e familiares, sobre como ajudar o paciente a realizar de forma mais independente possível suas atividades de vida diárias, trazendo sensação de bem-estar e autonomia, e consequentemente uma alteração positiva da QV.
VIEIRA et al., (2020)	Funcionalidade e qualidade de vida em pacientes pós acidente vascular cerebral	Estudo quantitativo, de abordagem descritivo.	Após a intervenção fisioterapêutica, observou-se melhora significativa no estado clínico dos pacientes, evidenciada pelo aumento em 11 dos 12 domínios da escala EQV-AVE, especialmente em autocuidado, mobilidade e função de membros superiores, além da redução da dependência funcional em 81% dos participantes, segundo o índice de Barthel.
GUIDOTI et al., (2021)	Fisioterapia na atenção básica em pacientes pós acidente vascular cerebral	Relatos de Caso	As condutas de reabilitação domiciliar mais prevalentes foram treino de marcha, alongamentos, exercícios ativos; orientações ao

			paciente e cuidadores e prescrição de exercícios físicos e exercícios respiratórios/ventilatórios.
LOPES; PINHEIRO; SOUSA (2025)	O papel da fisioterapia na reabilitação pós acidente vascular cerebral (AVC)	Revisão Sistemática	As intervenções fisioterapêuticas, quando bem estruturadas, podem melhorar a mobilidade e a qualidade de vida, desde que integradas a um plano de cuidados que envolva tanto aspectos físicos quanto emocionais.

Fonte: Autoras da Pesquisa (2026).

DISCUSSÃO

De acordo com Alves et al., (2018) o AVC configura-se como uma importante condição neurológica decorrente da interrupção do fluxo sanguíneo cerebral, seja por obstrução ou ruptura vascular, sendo reconhecido como relevante problema de saúde pública devido à sua elevada morbimortalidade. Após o evento, é comum a presença de sequelas motoras, sensoriais e cognitivas, como hemiplegia, distúrbios da fala, alterações de equilíbrio e coordenação, impactando diretamente a independência e a qualidade de vida dos indivíduos. Nesse cenário, a fisioterapia desempenha papel essencial na reabilitação, promovendo a recuperação funcional por meio de intervenções como alongamentos, fortalecimento muscular, treino de equilíbrio e coordenação, facilitação neuromuscular proprioceptiva e uso da prancha ortostática, evidenciando sua contribuição significativa para a melhora da funcionalidade e da qualidade de vida dos pacientes pós-AVC.

A abordagem fisioterapêutica individualizada é amplamente reconhecida como essencial na reabilitação de pacientes pós-AVC, uma vez que cada indivíduo apresenta diferentes sequelas, limitações funcionais e potenciais de recuperação (BORGES et al., 2020). Nesse contexto, diversas técnicas podem ser empregadas com o objetivo de promover melhora funcional e qualidade de vida.

Em uma revisão de literatura envolvendo cinco ensaios clínicos e 427 participantes, foram comparados três grupos: pacientes submetidos ao método Bobath, aqueles tratados com técnicas fisioterapêuticas variadas e um grupo sem intervenção. Os resultados evidenciaram que tanto o método Bobath quanto as abordagens diversas promoveram melhorias significativas em relação à ausência de tratamento, sem diferenças expressivas entre as técnicas utilizadas,

reforçando a eficácia da fisioterapia independentemente do método adotado (BORGES et al., 2020).

Entre as intervenções específicas, destaca-se a Terapia por Contensão Induzida (TCI), que demonstrou impacto positivo na qualidade de vida dos pacientes pós-AVE. Observou-se aumento significativo na pontuação da Escala de Qualidade de Vida Específica para AVE (EQVE-AVE), com evolução de 129 para 226 pontos, alcançando posteriormente 237 pontos, indicando melhora funcional importante após a intervenção. Além disso, estudos sobre reabilitação domiciliar com 60 indivíduos evidenciaram que pacientes acompanhados por equipe multidisciplinar, com sessões semanais de fisioterapia, treinamento de atividades de vida diária e orientação aos cuidadores, apresentaram melhora significativa na qualidade de vida, mensurada pela escala EQ-5D, após três meses (BORGES et al., 2020).

O AVE provoca alterações relevantes na vida do indivíduo, comprometendo funções motoras, sensoriais, cognitivas e comunicativas, o que impacta diretamente na autonomia e na realização de atividades cotidianas. Nesse cenário, a fisioterapia desempenha papel fundamental não apenas na recuperação física, mas também na promoção da independência funcional e reintegração social.

Corroborando esses achados, um estudo com 21 pacientes pós-AVE demonstrou que a intervenção fisioterapêutica precoce contribui significativamente para a recuperação funcional. Inicialmente, 81% dos pacientes apresentavam dependência para atividades básicas, enquanto, após o período de reabilitação hospitalar, 58% alcançaram independência completa. Esses resultados evidenciam a importância do início precoce da fisioterapia na melhora dos desfechos clínicos (VIEIRA et al., 2020).

Durante o processo de reabilitação, diferentes estratégias terapêuticas podem ser empregadas, incluindo exercícios de fortalecimento muscular, treino funcional, eletroterapia, termoterapia, orientações posturais e uso de órteses. Destacam-se ainda intervenções como a terapia com caixa de espelho, que estimula a reorganização cortical, e o treinamento de atividades de vida diária, essencial para a recuperação da autonomia (VIEIRA et al., 2020). Tais abordagens resultaram em melhorias significativas na mobilidade, autocuidado, linguagem, humor e função dos membros superiores, refletindo diretamente na qualidade de vida.

A literatura também evidencia que a reabilitação pós-AVE deve ser baseada em estratégias individualizadas e iniciadas precocemente, sendo esses fatores determinantes para

melhores desfechos clínicos. A atuação do fisioterapeuta ultrapassa a recuperação motora, abrangendo aspectos funcionais, sociais e de qualidade de vida do paciente (LOPES; PINHEIRO; SOUSA, 2025).

Diversos recursos terapêuticos têm sido utilizados com resultados positivos, como a fisioterapia aquática, que contribui para melhora do equilíbrio e da marcha; a estimulação elétrica funcional (FES), que auxilia na ativação muscular e na redução da espasticidade; e a estimulação elétrica nervosa transcutânea (TENS), eficaz no controle da dor. Além disso, intervenções como a Terapia por Contensão Induzida e exercícios de dupla tarefa, que integram componentes motores e cognitivos, demonstram benefícios significativos na funcionalidade e independência nas atividades de vida diária. Ressalta-se ainda a importância da atuação multidisciplinar, na qual a fisioterapia exerce papel central na promoção da qualidade de vida (LOPES; PINHEIRO; SOUSA, 2025).

No contexto da atenção básica, a fisioterapia domiciliar também se mostra uma estratégia eficaz. O estudo de Guidotti et al. (2021), realizado com quatro pacientes pós-AVE, demonstrou que intervenções como treino de marcha, alongamentos, exercícios ativos e resistidos, mobilização articular, treino de equilíbrio, facilitação neuromuscular proprioceptiva (FNP) e exercícios respiratórios, associados à orientação de pacientes e cuidadores, resultaram em melhora da força muscular, funcionalidade, equilíbrio e independência nas atividades diárias. Além disso, o atendimento domiciliar mostrou-se seguro, sem ocorrência de eventos adversos graves.

Diante do exposto, evidencia-se que a abordagem fisioterapêutica individualizada é fundamental na reabilitação de pacientes pós-AVE, contribuindo significativamente para a recuperação funcional, promoção da independência e melhoria da qualidade de vida, respondendo de forma consistente ao problema de pesquisa proposto.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Evidenciou-se que a abordagem fisioterapêutica individualizada desempenha papel essencial na reabilitação de pacientes pós-AVC, contribuindo significativamente para a recuperação funcional, promoção da independência e melhoria da qualidade de vida. Observou-se que intervenções adaptadas às necessidades específicas de cada indivíduo, aliadas ao início

precoce do tratamento, potencializam os resultados terapêuticos, favorecendo a neuroplasticidade e a reintegração às atividades de vida diária.

Os achados reforçam que diferentes recursos fisioterapêuticos, como exercícios terapêuticos, eletroterapia, terapias funcionais e abordagens domiciliares, são eficazes quando inseridos em um plano de cuidado individualizado e integrado. Além disso, destaca-se a importância da atuação multiprofissional e do envolvimento familiar no processo de reabilitação, fatores que contribuem para melhores desfechos clínicos e maior adesão ao tratamento.

Entretanto, ressalta-se a limitação quanto ao número reduzido de estudos incluídos, o que indica a necessidade de novas pesquisas, especialmente com delineamentos metodológicos mais robustos, que aprofundem a análise dos efeitos das intervenções fisioterapêuticas individualizadas a longo prazo. Dessa forma, conclui-se que a fisioterapia, quando centrada no paciente, configura-se como estratégia fundamental na reabilitação pós-AVC.

REFERÊNCIAS

BARBOSA, Isadora Oliveira Freitas et al. Correlação entre a gravidade do acidente vascular cerebral e a dependência funcional de pacientes internados: Artigo original-e235577-Publicado 12 de maio de 2024. **Revista Brasileira de Fisiologia do Exercício**, v. 23, n. 2, p. e235577-e235577, 2024.

11

DANTAS, Hallana Laisa de Lima et al. Como elaborar uma revisão integrativa: sistematização do método científico. **Revista Científica de Enfermagem**, v. 12, n. 37, p. 334-345, 2022.

JÚNIOR, Nildo da Silva Veloso et al. Perfil epidemiológico dos pacientes internados por acidente vascular cerebral no Brasil. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, v. 5, n. 5, p. 361-369, 2023.

LIMA, Luana Cristina de Oliveira et al. Perfil epidemiológico do acidente vascular cerebral isquêmico transitório (AVC) e síndromes relacionadas em adultos e idosos no Nordeste brasileiro de 2018 a 2023. **Revista JRG de Estudos Acadêmicos**, v. 8, n. 18, p. e081820-e081820, 2025.

MAGRO, Vitória de Jesus; RESENDE, Ilara Maria Silva; LACERDA, Rodrigo Antonio Montezano Valentin. Análise da associação entre cinesioterapia e eletroterapia no tratamento fisioterapêutico em ombro doloroso/congelado de paciente pós-avc. **Revista Multidisciplinar do Nordeste Mineiro**, v. 5, n. 1, 2024.

PAGE, Matthew J. et al. A declaração PRISMA 2020: diretriz atualizada para relatar revisões sistemáticas. **Revista panamericana de salud publica**, v. 46, p. e112, 2023.

SALES, Rilarity Silva et al. Fatores associados a incapacidade funcional após acidente vascular cerebral isquêmico. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 37, p. eAPE00601, 2023.

SANTOS, Lucas Bezerra dos; WATERS, Camila. Perfil epidemiológico dos pacientes acometidos por acidente vascular cerebral: revisão integrativa. **Brazilian Journal of Development**, v. 6, n. 1, p. 2749-2775, 2020.

SILVEIRA, Júlio César Cunha da et al. Função motora melhora em pacientes pós-acidente vascular cerebral submetidos à terapia espelho. **Revista de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo**, v. 28, n. 3, p. 333-339, 2017.

SOUZA, Rafaela Batista et al. Correlação entre mobilidade funcional e nível de atividade física em indivíduos com hemiparesia espástica pós acidente vascular cerebral. **Acta Fisiátrica**, v. 31, n. Supl. 1, p. S30-S32, 2024.