

Impacto da Reabilitação Pulmonar na Função Respiratória e Qualidade de Vida de Fumantes: Uma revisão bibliográfica

Geovana ribeiro Costa¹¹

Geovanna Fernandes Alves²¹

Kélen Karoline Montalvão dos Santos³¹

Ana Lucia Gomes de Oliveira⁴¹

Gabrielly do Prado Motta Campos⁵¹

Universidade Evangélica de Goiás – UniEVANGÉLICA¹

RESUMO

A reabilitação pulmonar é considerada um tratamento essencial para fumantes, pois melhora a função respiratória, a força muscular e a qualidade de vida. Evidências apontam que a prática de exercícios respiratórios e intervenções fisioterapêuticas contribuem para reduzir sintomas e aumentar a capacidade funcional. Objetivo: Avaliar os efeitos da reabilitação pulmonar na função respiratória e na qualidade de vida de fumantes. Método: Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, realizada em quatro bases de dados, que após a triagem de artigos resultou na inclusão de estudos recentes e relevantes sobre reabilitação pulmonar em fumantes. Resultados: A reabilitação pulmonar melhora a capacidade funcional, reduz a dispneia e auxilia na cessação do tabagismo em fumantes com doenças pulmonares crônicas. Conclusão: A reabilitação pulmonar demonstra potencial para melhorar a função respiratória, a qualidade de vida e a capacidade funcional de fumantes, reforçando o papel da fisioterapia como estratégia preventiva e terapêutica no cuidado respiratório.

Palavras-chave: Tabagismo; Reabilitação pulmonar; Fisioterapia

INTRODUÇÃO

Segundo o Instituto Nacional de Câncer (INCA), o tabagismo configura-se como uma doença crônica e de caráter epidêmico, resultante da dependência da nicotina contida nos produtos derivados do tabaco(1). De acordo com dados recentes, o tabaco é responsável por um número expressivo de mortes no Brasil, impactando diversas doenças crônicas e agudas(2). A exposição ao cigarro provoca diversas reações de estresse e inflamatórias no sistema pulmonar, incluindo dispneia, tosse, chiado, irritações brônquicas e pulmonares, além de prejuízo da função pulmonar(3).

Em uma revisão sistemática conduzida por Trooster et al. (2023), a reabilitação pulmonar é considerada um tratamento fundamental para fumantes, pois adota uma

¹ Graduanda, Universidade Evangélica de Goiás – Campus Ceres, E-mail: fisiogeovanaribeiro@gmail.com

² Graduanda, Universidade Evangélica de Goiás – Campus Ceres, E-mail: fisiogeovannafernandes@gmail.com

³ Graduanda, Universidade Evangélica de Goiás – Campus Ceres, E-mail: kellykaroline639@gmail.com

⁴ Graduanda, Universidade Evangélica de Goiás – Campus Ceres, E-mail: analuciagomes065@gmail.com

⁵ Docente, Universidade Evangélica de Goiás – Campus Ceres, E-mail: gabrielly.campos@docente.unievangelica.edu.br

abordagem abrangente que não só trata os sintomas respiratórios, mas também os fatores não relacionados à respiração. Essa estratégia se concentra na prevenção e na progressão da doença e da promoção a saúde física e mental dos pacientes. Dessa forma, torna-se relevante analisar, por meio de revisão bibliográfica, os efeitos da reabilitação pulmonar na função respiratória e na qualidade de vida de fumantes, destacando suas intervenções terapêuticas, benefícios clínicos e o estímulo à adoção de hábitos de vida saudáveis(4) .

MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura. A busca foi realizada nas bases de dados Scopus, PubMed, SciELO e Web of Science. Foram incluídos artigos que abordavam Reabilitação Pulmonar de Fumantes enquanto os critérios de exclusão foram: artigos duplicados, estudos com populações não adultas. Para refinar a busca, foram aplicados filtros de disponibilidade do artigo completo, período de publicação entre 2020 e 2025, estudos com participantes adultos e idiomas inglês e português. A pesquisa foi conduzida utilizando descritores organizados em três blocos principais:

Tabela 1. palavra-chave incluída na estratégia de busca

Blocks	Keywords used
#1	(Smoke) OR (Young) OR (Middle aged) OR (Woman) OR (Men)
#2	(Lung Volume Measurements) OR (Spirometry) OR (Pulmonary Diffusing Capacity) OR (Respiratory Therapy)
#3	(Reference Values) OR (Quality of life) OR (Tobacco Use Disorder)
Estrategia de busca	(#1) AND (#2) AND (#3)

O protocolo PRISMA foi seguido para orientar a seleção, análise e apresentação dos estudos incluídos na revisão. Um total de 15 artigos se enquadraram nos critérios de inclusão da pesquisa, os quais foram selecionados para leitura de títulos e resumos. Na leitura dos artigos na íntegra restaram 6 estudos que utilizaram a fisioterapia respiratória como intervenção (tabela 2). Optou-se por destacar 3 que apresentaram maior relevância para os objetivos do trabalho, considerando o limite de extensão de um resumo. Essa metodologia assegurou que apenas estudos recentes e relevantes fossem considerados na análise, garantindo a precisão e a qualidade da revisão proposta.

RESULTADOS

Estudos evidenciam que a reabilitação pulmonar promove avanços tanto na capacidade funcional quanto no desempenho máximo em testes de exercício de pacientes com diferentes sintomas pulmonares crônicos(5,6). Considerando que o tabagismo contribui para a maior parte dos casos de DPOC e seu papel na progressão da doença, o programa de reabilitação pulmonar oferece uma oportunidade única para abordar a cessação do tabagismo(7).

Tabela 2. Intervenções e efeitos da reabilitação pulmonar

Estudo / Referência	Intervenção	Frequência / Duração	Resultados observados
Estudo I ⁹	Técnicas respiratórias	15 min, 3x/dia,	Melhora da função respiratória e da capacidade funcional
Estudo II ¹⁰	Treinamento em Reabilitação Pulmonar	30-40 min, 3x/semana,	Melhora da função respiratória
Estudos III ¹¹	Combinação de exercícios físicos, treinamento respiratório.	120 min 2x/semana	Aumento da capacidade de exercício, redução da dispneia.

Em dois estudos, participantes que realizaram intervenções estruturadas apresentaram melhora da função respiratória e da capacidade funcional. No primeiro na china, aplicaram um programa de reabilitação pulmonar abrangente, incluindo treinamento respiratório, exercícios de resistência e força, educação sobre cessação do tabagismo, com sessões de 30 minutos, três vezes por semana, e ajustes individuais conforme idade, sexo e resultados dos testes de função cardiopulmonar(8).

Já os protocolos de reabilitação pulmonar realizados na Turquia, incluem exercícios terapêuticos, técnicas de controle respiratório, e, quando indicado, desobstrução de vias aéreas. Tais programas, estruturados, demonstraram melhora significativa da capacidade funcional, e maior tolerância ao esforço e redução de sintomas(9). Embora abordagens diferentes, ambos reforçam a eficácia de programas estruturados na melhora da função respiratória e da qualidade de vida(10).

Em um terceiro artigo o programa de reabilitação pulmonar beneficiou pacientes fumantes e não fumantes, eles apresentaram redução do consumo de cigarros e melhora da capacidade funcional, saturação de oxigênio e qualidade de vida(9). De modo geral, os resultados dos estudos indicam que programas de reabilitação pulmonar, independentemente do país ou da combinação de técnicas utilizadas, são eficazes para melhorar a função respiratória, a capacidade funcional e a qualidade de vida de fumantes e pacientes com doenças respiratórias ((9–11).

CONCLUSÃO

Os resultados deste estudo evidenciam os efeitos positivos da reabilitação pulmonar em fumantes. Esses programas melhoram a função respiratória, a capacidade funcional, a qualidade de vida e contribuem para a redução do consumo de cigarro, favorecendo a cessação do tabagismo. Dessa forma, a reabilitação pulmonar se mostra uma intervenção eficaz para promover ganhos clínicos e comportamentais.(11).

AGRADECIMENTOS

Os autores agradecem à CAPES, FAPEG e UniEVANGÉLICA pelo suporte concedido, essencial para a realização deste trabalho.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

¹INSTITUTO NACIONAL DO CANCER JOSÉ ALENCAR GOMES DA SILVA. O controle do tabaco no brasil. MINISTERIO DA SAÚDE. 2012;

²INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER JOSÉ ALENCAR GOMES DA SILVA (INCA). Prevalência do tabagismo. Brasília: Ministério da Saúde. MINISTARIO DA SAÚDE. 2023;

³Rahman M, Alatiqi M, Al Jarallah M, Hussain MY, Monayem A, Panduranga P, et al. Cardiovascular Effects of Smoking and Smoking Cessation: A 2024 Update. Glob Heart. 2025 Feb 19;20(1).

⁴Troosters T, Janssens W, Demeyer H, Rabinovich RA. Pulmonary rehabilitation and physical interventions. European Respiratory Review. 2023 Jun 30;32(168):220222.

⁵Hansen H, Bieler T, Beyer N, Kallemose T, Wilcke JT, Østergaard LM, et al. Supervised pulmonary tele-rehabilitation versus pulmonary rehabilitation in severe COPD: a randomised multicentre trial. *Thorax*. 2020 May;75(5):413–21.

⁶Shenoy MA, Paul V. Pulmonary rehabilitation. In: StatPearls [Internet]. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; 2025 Jan-. Last Update: 25 Jul 2023 [cited 2025 Sept 3]. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK563166/>

⁷Xue Y. Smoking cessation programmes in China. *Lancet*. 2020 Feb 15;395(10223):e28. doi: 10.1016/S0140-6736(19)32558-9.

⁸Li M, Gao W. The impact of smoking on respiratory rehabilitation efficacy and correlation analysis in patients with chronic obstructive pulmonary disease: a retrospective study. *J Thorac Dis*. 2025 Jan;17(1):254–64.

⁹Shah D, Bhise A. Effect of Pulmonary Rehabilitation Training in Non-, Ex- and Current Smokers with Chronic Respiratory Disorders by the Measurement of Functional Capacity: A Pilot Study. *Int J Health Sci Res*. 2021 Aug 6;11(8):48–60.

¹⁰Sahin H, Naz I. The effect of pulmonary rehabilitation on smoking and health outcomes in COPD patients. *Clin Respir J*. 2021 Aug 23;15(8):855–62.

¹¹Abedi Yekta AH, Poursaeid Esfahani M, Salehi S, Hassabi M, Khosravi S, Kharabian S, et al. Assessment of the Effects of Inspiratory Muscle Training (IMT) and Aerobic Training on the Quality of Life of Patients with Chronic Obstructive Pulmonary Disease. *Tanaffos*. 2019 Mar;18(3):223–9.