

Tipo do Documento	PROCEDIMENTO / ROTINA	POP.URFT.004 - Página 1/3	
Título do Documento	CICLO ATIVO DA RESPIRAÇÃO	Emissão: 03/10/2019 Versão: 02	Próxima revisão: 03/10/2021

1. OBJETIVO(S)

Promover efetiva mobilização de secreção das vias aéreas.

2. MATERIAL

- EPIs (luvas de procedimento, máscara, touca).

3. DESCRIÇÃO DOS PROCEDIMENTOS

- Lavar as mãos;
- Paramentar-se com os EPI's;
- Explicar os objetivos da técnica ao paciente;
- Posicionar o paciente de forma confortável, sentado ou em decúbito lateral elevado e instruí-lo a realizar de 3 a 4 respirações tranquilas, inspirando pelo nariz e deslocando a porção superior do abdome. A expiração pode ser realizada com os lábios franzidos (freno labial).
- Orientar o paciente a realizar 3 a 4 inspirações profundas com predomínio do componente torácico, as quais podem ser acompanhadas por estímulo manual. De acordo com o quadro clínico do paciente, pode-se acrescentar uma sustentação da inspiração, e a expiração é realizada suave e prolongada pela boca.
- Por último, instruir o paciente a realizar 2 a 3 expirações forçadas (huffing), com eliminação de secreção. E assim, retoma-se o ciclo novamente iniciando pelo exercício diafragmático.
- Observar o paciente enquanto realiza as três fases do ciclo;
- Finalizar a conduta, deparamentar-se e lavar as mãos.

As mãos devem ser higienizadas em momentos essenciais e necessários de acordo com o fluxo de cuidados assistenciais para prevenção de IRAS (infecções relacionadas à assistência à saúde) causadas por transmissão cruzada pelas mãos conforme orientações do POP/CCIH/001/2019.

Portanto, o Ciclo Ativo da Respiração é uma técnica realizada em três fases que consistem em ciclos respiratórios repetidos, através de respirações predominantemente diafragmáticas, seguidas de inspirações profundas com velocidade de fluxo lento, tanto na inspiração quanto na expiração e, por fim, a eliminação da secreção através do huffing, otimizando o transporte mucociliar.



Tipo do Documento	PROCEDIMENTO / ROTINA	POP.URFT.004 - Página 2/3	
Título do Documento	CICLO ATIVO DA RESPIRAÇÃO	Emissão: 03/10/2019	Próxima revisão: 03/10/2021
		Versão: 02	

Esta técnica é indicada para os portadores de DPOC que podem desenvolver broncoespasmo. É uma combinação de exercícios diafragmáticos, exercícios de expansão pulmonar e técnica de expiração forçada (TEF), associada aos exercícios de expansão torácica. Dessa forma, a técnica de ciclo ativo da respiração (CAR) é efetiva na mobilização e remoção de secreções, evitando o efeito indexável de obstrução do fluxo aéreo, que pode estar presente durante a terapia de expiração forçada isolada.

4. REFERÊNCIAS

JERRE, G. Fisioterapia no paciente sob ventilação mecânica. **J. bras. pneumol.** São Paulo, v.33, supl. 2, p. 142-150, 2007.

MACHADO, M. G. R. **Bases da Fisioterapia Respiratória: terapia intensiva e reabilitação.** Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2008.

NUNES, G. S. *et al.* Hiperinsuflação manual: revisão de evidências técnicas e clínicas. **Fisioter. Mov.**, Curitiba, v. 26, n. 2, p. 423-435, abr./jun. 2013.

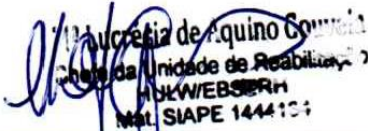
SARMENTO, G. J. V. **Recursos em Fisioterapia Cardiorrespiratória.** 1. ed. São Paulo: Manole, 2012.

5. HISTÓRICO DE REVISÃO

VERSÃO	DATA	DESCRIÇÃO DA ALTERAÇÃO
01	13/03/2017	Criação de Documento
02	03/10/2019	Revisão do documento de acordo com a Norma da Sede NO.SGQVS.001



Tipo do Documento	PROCEDIMENTO / ROTINA	POP.URFT.004 - Página 3/3	
Título do Documento	CICLO ATIVO DA RESPIRAÇÃO	Emissão: 03/10/2019	Próxima revisão: 03/10/2021
		Versão: 02	

Elaboração Danyelle Maria de Brito Medeiros Fabienne Louise Juvêncio Paes de Andrade Roberta Duarte Sales	Data: 03/10/2019
Revisão Dyego Tavares de Lima	Data: 07/10/2019
Validação Lecidamia Cristina Leite Damascena	Data: 10/10/2019
Aprovação Maria Lucrecia de Aquino Gouveia, Chefe da Unidade de Reabilitação.  Maria Lucrecia de Aquino Gouveia Chefe da Unidade de Reabilitação HUKW/EBSERH Matr. SIAPE 1444104	Data: 14/10/2019