



Tipo do Documento	PROCEDIMENTO / ROTINA	POP.URFT.059 - Página 1/4	
Título do Documento	EXERCÍCIOS TERAPÊUTICOS NO RECÉM-NASCIDO	Emissão: 03/10/2019 Versão: 02	Próxima revisão: 03/10/2021

1. OBJETIVO(S)

Prevenir ou minimizar os efeitos deletérios do tempo prolongado no leito, tais como encurtamentos e deformidades, padrões anormais de postura e atraso no desenvolvimento neuropsicomotor.

2. MATERIAL

Uso de EPI's.

3. DESCRIÇÃO DOS PROCEDIMENTOS

A conduta terapêutica será traçada mediante uma avaliação criteriosa, levando-se em consideração os déficits sensoriais-motores, as alterações posturais presentes, a evolução clínica e o estado comportamental do RN. Durante a realização de todos os exercícios terapêuticos, prioriza-se o alinhamento biomecânico de coluna cervical e de tronco, flexão de tronco, MMSS e MMII.

As micromobilizações correspondem a movimentos intra-articulares necessários para o funcionamento articular normal ao longo da amplitude de movimento (ADM). São considerados componentes do movimento final; incluem: separação, deslizamento, compressão, rolamento e giro das superfícies articulares. Tais movimentos são realizados passivamente pelo fisioterapeuta com o objetivo de restaurar a mobilidade intra-articular normal.

Ressalta-se a importância do uso do posicionamento adequado pelo RN, em especial sob intubação orotraqueal, que deve permanecer com elevação da cabeceira no leito, já que em casos de instabilidade hemodinâmica ou hipertensão craniana pode-se ter restrição de posicionamento.

Alguns exercícios terapêuticos utilizados e seus benefícios são:

- Realizar dissociação do tronco

Posicionar o RN em decúbito lateral com a cervical retificada, flexão do tronco e MMII;

Colocar a mão do terapeuta sobre o ombro e outra no quadril realizando movimentos simultâneos e alternados entre as cinturas escapular e pélvica.

Objetivo: promover o relaxamento do tronco, dos MMSS e MMII, também auxilia o RN a manter-se relaxado para rolar e movimentar seus membros;



Tipo do Documento	PROCEDIMENTO / ROTINA	POP.URFT.059 - Página 2/4	
Título do Documento	EXERCÍCIOS TERAPÊUTICOS NO RECÉM-NASCIDO	Emissão: 03/10/2019 Versão: 02	Próxima revisão: 03/10/2021

- Realizar alcance alternado – RN em decúbito dorsal, cervical retificada e quadril fletido, o terapeuta segura o braço e cotovelo da criança com as mãos e realiza movimentos alternados para frente e para trás. Objetivo: promover o relaxamento do tronco e da cintura escapular, estimulação dos movimentos isolados dos MMSS e da sensibilidade tátil das mãos, preparando-o para o alcance;

- Sentir a cabeça e as mãos – RN em decúbito dorsal, cervical retificada, tronco e MMII fletidos, o terapeuta segura as mãos da criança e desliza da cabeça até a face. Objetivo: promover o relaxamento dos MMSS;

- Executar chutes alternados – RN em decúbito dorsal, cervical retificada e tronco flexionado, o terapeuta envolve as mãos sobre as coxas e joelhos e realiza chutes alternados. Objetivo: promover o relaxamento do tronco e da pelve, preparando os MMII para os chutes alternados, proporciona também sensações agradáveis aos pés;

- Rolar de lateral para ventral – RN em decúbito lateral, o terapeuta coloca a mão no ombro e outra na coxa e joelho mantendo-os fletidos, rolar o RN até que o joelho encoste no leito e depois volte posição inicial. Objetivo: promover o relaxamento do tronco e da pelve, estimula a flexão cervical, do tronco e dos MMII;

- Realizar a colocação plantar – RN em decúbito lateral, terapeuta posiciona as mãos sobre o tronco e perna da criança fletida, realizando rotação interna do quadril e movimentando o tronco para frente e para trás, encostando o pé no leito. Objetivo: promover o relaxamento do tronco e da cintura pélvica, estimula a dorsiflexão (corrigindo o “pé do prematuro”), prepara os pés para sustentar o peso na posição ortostática e proporcionar estímulos proprioceptivos;

- Rolar o quadril – RN em decúbito dorsal, e cervical retificada, as mãos do terapeuta envolvendo o as laterais do quadril e coxa da criança, então eleva o quadril em flexão e realiza movimentos de rotação para os lados. Objetivo: promover o relaxamento do tronco e dos MMII, estimular a flexão cervical, do tronco e dos MMII;

- Rolar com as mãos nos joelhos – RN em decúbito dorsal, cervical retificada, as mãos do terapeuta ao redor das coxas da criança e as mãos do bebê abertas sobre os joelhos, em seguida rolar o bebê para os lados parando sempre em linha média. Objetivo: estimular e fortalecer a flexão cervical, do tronco e dos MMII, protrusão dos ombros (mãos na linha média), consciência corpo da pelve e, posicionamento da cabeça na linha média, auxílio da focalização e seguimento visual;

- Colocar mãos sob o quadril – RN em decúbito dorsal com flexão do quadril e extensão dos MMSS com as mãos espalmadas sob a coluna lombar ou quadril, rolar suavemente de um lado para o outro. Objetivo: estimular e fortalecer a flexão cervical, do tronco e dos MMII, relaxar e alongar o tronco superior;

- Rolar de ventral para lateral – RN em decúbito ventral com os MMSS elevados, as mãos do terapeuta sobre o quadril e ombro do bebê, rolar a pelve para dorsal e voltar à posição inicial. Objetivo: fortalecer o pescoço e tronco, dissociação dos movimentos dos MMII e estimulação do aprendizado de chutes alternados, rolar e engatinhar;

Tipo do Documento	PROCEDIMENTO / ROTINA	POP.URFT.059 - Página 3/4	
Título do Documento	EXERCÍCIOS TERAPÊUTICOS NO RECÉM-NASCIDO	Emissão: 03/10/2019	Próxima revisão: 03/10/2021
		Versão: 02	

- Ficar em Cócoras – RN na posição vertical com o dorso em contato com o terapeuta, segurar o RN de cócoras com os MMII levemente abduzidos e as mãos sobre os joelhos, balancear suavemente o tronco e o quadril de um lado para o outro. Objetivo: estimular a flexão cervical, do tronco e MMII, proporcionar estímulos proprioceptivos aos pés e encorajar o início do controle de cabeça e tronco.

Os resultados esperados são: a auto-organização e autorregulação, a prevenção de padrões anormais, a melhora do estado comportamental, a prevenção das alterações musculoesqueléticas, atenuar a osteopenia da prematuridade.

3.1. Cuidados especiais

Está indicado em RNs:

- Hemodinamicamente estáveis (normalidade glicêmica, sinais vitais adequados);
- Mínimo de 72 horas de vida, peso mínimo de 1.100g;
- IGC de 31 semanas;
- Ganho ponderal ascendente;
- Respeitar sinais de estresse, sono profundo e 2/3 do tempo da última dieta.

Está contra-indicado em RNs:

- RN hemodinamicamente instáveis;
- Hipertensão intracraniana;
- Cardiopatias graves;
- Hipertensão pulmonar;
- Febre.

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.

4. REFERÊNCIAS

SARMENTO, G. J. Vieira. **Fisioterapia Respiratória em Pediatria e Neonatologia**. Editora Manole, 1ª edição, 2007;

KISNER, C.; COLBY, A. **Exercícios Terapêuticos- Fundamentos e Técnicas**. Editora Manole, 6ª edição, 2015;



Tipo do Documento	PROCEDIMENTO / ROTINA	POP.URFT.059 - Página 4/4	
Título do Documento	EXERCÍCIOS TERAPÊUTICOS NO RECÉM-NASCIDO	Emissão: 03/10/2019 Versão: 02	Próxima revisão: 03/10/2021

STOPIGLIA, M. C. S; PIRES, C.S. Acompanhamento da Fisioterapia no Recém-Nascido com Displasia Broncopulmonar. IN: ANDRADE, L. B; RIBEIRO, S. N. S. **PROFISIO – Fisioterapia Pediátrica e Neonatal: Cardiorrespiratória e Terapia Intensiva**. Ciclo 5, V.4.

5. HISTÓRICO DE REVISÃO

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

Elaboração Ana Carla Lima de França Denise Feitosa Negócio Torquato Francisca Nathalia Medeiros da Nóbrega Yluska Saraiva Santos Gamba	Data: 03/10/2019
Revisão Eliza Juliana da Costa Eulálio	Data: 03/10/2019
Validação Lecidamia Cristina Leite Damascena	Data: 16/10/2019
Aprovação Maria Lucrécia de Aquino Gouveia, Chefe da Unidade de Reabilitação.  Maria Lucrécia de Aquino Gouveia Chefe da Unidade de Reabilitação EBSERH Matr. SIAPE 1444134	Data: 20/10/2019