

INTERVENÇÃO FISIOTERAPÊUTICA EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES PÓS COVID-19

PHYSIOTHERAPY INTERVENTION IN CHILDREN AND ADOLESCENTS POST COVID-19

Matheus Eduardo Oliveira Dos Santos¹, Sabrina Rodrigues Câmara¹, Eliane Maria de Oliveira Monteiro²

¹ Alunos do Curso de Fisioterapia

² Professora Mestre do Curso de Fisioterapia

Resumo

Introdução: Crianças e adolescentes também foram acometidos pelo vírus da Covid-19, porém apresentavam sintomas menos graves naquelas que não possuíam nenhuma comorbidade. O isolamento social aumenta os impactos na saúde física e mental das crianças e adolescentes tornando-os vulneráveis e dependentes de hábitos sedentários, o que levou a uma vida inativa trazendo resultados negativos da saúde do indivíduo como um todo. A fisioterapia atua desde casos mais brandos, até casos mais graves, sendo as técnicas fisioterapêuticas importante para amenizar as sequelas da Covid-19. **Objetivo:** Descrever as intervenções fisioterapêuticas em crianças e adolescentes Pós-covid. **Metodologia:** Este estudo é de natureza básica e abordagem qualitativa porque o processo de desenvolvimento técnico dos estudos qualitativos são esses parâmetros claros, definidos e compartilhados que permitem o aprimoramento contínuo do fazer científico. Utilizou-se recorte temporal de 2017 a 2023. **Conclusão:** Ficou evidente a importância da atuação do fisioterapeuta através de intervenções realizadas durante o atendimento a crianças e adolescentes com Covid-19. Sendo o profissional fisioterapeuta responsável por trazer resultados benéficos a esses pacientes, bem como, suas intervenções que são imprescindíveis para a evolução do tratamento, promovendo sempre, a diminuição das possíveis complicações geradas pela doença, bem como promover a melhora e bem-estar desses pacientes. O presente estudo viabiliza intervenções fisioterapêuticas no público infanto juvenil, sendo uma forma precisa. Apesar de discorrer de algumas intervenções, precisa de mais estudos referente ao tema proposto, pois o mesmo vai diversificar mais formas de intervenções.

Palavras-Chave: adolescentes; crianças; postura; reabilitação pós-covid.

Abstract

Introduction: Children and adolescents were also affected by the Covid-19 virus, but they had less severe symptoms in those who did not have any comorbidity. Social isolation increases the impacts on the physical and mental health of children and adolescents, making them vulnerable and dependent on sedentary habits, which led to an inactive life, bringing negative results to the health of the individual as a whole. , even more serious cases, with physiotherapeutic techniques being important to alleviate the consequences of Covid-19. **Objective:** To describe physiotherapeutic interventions in post-Covid children and adolescents. **Method:** This study has a basic nature and a qualitative approach because the process of technical development of qualitative studies is these clear, defined and shared parameters that allow the continuous improvement of scientific work. A time frame from 2017 to 2023 was used. **Conclusion:** The importance of the physiotherapist's performance through interventions carried out during the care of children and adolescents with Covid-19 was evident. Being the professional physiotherapist responsible for bringing beneficial results to these patients, as well as their interventions that are essential for the evolution of the treatment, always promoting the reduction of possible complications generated by the disease, as well as promoting the improvement and well-being of these patients. The present study enables physiotherapeutic interventions in the juvenile public, being a precise form. Despite discussing some interventions, it needs more studies regarding the proposed theme, as it will diversify more forms of interventions.

Keywords: teenagers; children; posture; post covid rehabilitation.

Introdução

A Organização Mundial da Saúde (OMS) a partir de 11 de março de 2020 decretou a pandemia de Covid-19, que é uma doença infecciosa aguda que causava um crescente número de internações e óbitos identificada no ano de 2019. O vírus teve origem na cidade de Wuhan, na China, e rapidamente migrou para o resto do mundo, causando grandes impactos em diversos aspectos de forma global. Com o objetivo de interromper a disseminação do vírus foi instaurado algumas medidas de segurança pública, mas não foi suficiente para impedir a contaminação de milhões de pessoas (CAVALCANTE et al.,2021).

O vírus SARS-CoV-2 causou danos à saúde mental de crianças e adolescentes por serem indefesos e sensíveis às adversidades com problemas psicológicos e psiquiátricos. A pandemia tomou conta rapidamente e está ocasionando sérias preocupações, como a síndrome respiratória aguda grave causada pelo SARS-CoV-2. Estudos pediátricos revelam perfis que o vírus em crianças e adolescentes, apresentando casos assintomáticos, mas algumas crianças em internação e tratamento desenvolveram casos de doença grave necessitando de cuidados intensivos. Apesar das boas críticas ao tratamento utilizado imunomoduladores e anticoagulantes é evidente a presença de sequelas, principalmente cardíacas. Crianças com essa patologia, após melhora clínica, necessitam de acompanhamento ambulatorial de longo prazo para prevenir e tratar possíveis consequências dessa hiperinflação (DA MATA et al., 2021).

O maior percentual de pacientes críticos está relacionado à presença de comorbidades (doenças cardiopulmonares ou neurológicas crônicas) e idade (menores de 3 anos). crianças com mais de 10 anos e adolescentes sem comorbidades prévia sofrem de Covid-19 menos grave, além disso, na população infantil, o Covid-19 pode ser co-infectado com outros tipos de vírus. O tempo médio desde o início dos sintomas até o diagnóstico é de 2 dias (intervalo de 0 a 42 dias), na maioria dos casos é diagnosticada de 3 a 7 dias após o início dos primeiros sintomas. Não há diferença da gravidade da doença entre meninos e meninas. A mortalidade em crianças e adolescentes ainda não foi descrita, mas acredita-se que seja menor do que em adultos, dada a doença menos grave na população pediátrica (LANZA et al.,2020).

O isolamento social aumenta os impactos na saúde física e mental de crianças e adolescentes tornando-os vulneráveis e dependentes de hábitos sedentários, o que leva a uma vida inativa trazendo resultados negativos da saúde do indivíduo como um todo. Diante do exposto, o estudo é teve como objetivo descrever as intervenções fisioterapêuticas em Crianças e adolescentes Pós Covid e sua relevância contribui sobremaneira acerca das abordagens que a fisioterapia oferece tanto na reabilitação como também na prevenção de

sequelas provenientes do pós Covid-19, tendo em vista que a pandemia gerou problemas de saúde mental, fraqueza muscular, alterações posturais pelo uso inadequado do aparelho celular, vídeo game, tv e também por sequelas provenientes da doença que acomete os pulmões.

Metodologia

Este estudo é de natureza básica e abordagem qualitativa porque o processo de desenvolvimento técnico dos estudos qualitativos são esses parâmetros claros, definidos e compartilhados que permitem o aprimoramento contínuo do fazer científico (SILVA; CASTRO-SILVA; MOURA, 2018).

A realização de uma revisão de literatura evita a duplicação de pesquisas ou, quando for de interesse, o reaproveitamento e a aplicação de pesquisas em diferentes escalas e contextos (BAEK et al., 2018).

Esta revisão de literatura científica buscou artigos publicados revistas, teses, monografias, através do Google acadêmico nas bases de dados SciELO, Pubmed, LILACS e PEDro entre os anos de 2017 a 2023, utilizando-se dos descritores com o uso do operador booleano “AND” e “OR”: reabilitação pós covid, crianças, postura, adolescentes. Dentro os critérios de inclusão para a pesquisa foram selecionados artigos que atenderam em texto completo e gratuito, disponibilizados on-line, no idioma português e inglês.

Foram excluídas publicações fora do período definido e cujo conteúdo não foi compatível com o tema proposto. Inicialmente as buscas pelas palavras-chave nas bases de dados elencadas resultaram em reabilitação pós covid, crianças, postura, adolescentes, sendo que os artigos que não atenderam aos critérios de exclusão como artigos que não correspondem ao tema pesquisado e artigos incompletos, pagos e acima da faixa dos últimos 6 anos. Foram pesquisados 48 artigos sendo que 23 foram usados e 25 excluídos.

Fundamentação Teórica

Aspectos históricos e Fisiopatologia do Covid-19

Em janeiro de 2020 na China, foi registrado o primeiro caso de Covid-19 em uma criança. Na população infantil, a idade média de acometimento é de 7 anos, variando de 1 a 13 anos, embora haja relatos de acometimento em recém-nascidos. Os pacientes graves pediátricos são minoria, ao contrário do que se observa em adultos e idosos infectados. Aproximadamente de 5 % são assintomáticos, 51 % introduzem sintomas leves, 39 % sintomas moderados e 5 % de sintomas graves e gravíssimos (LANZA et al.,2020).

Os *Coronaviridae* são compostos por vírus de RNA de fita simples de sentido

positivo cujo RNA genômico é traduzido em grandes poliproteínas, formadas por proteínas estruturais como o Spike, envelope e membrana, nucleocapsídeo e proteínas acessórias. A Covid-19 pode causar uma grande variedade de condições, desde o resfriado comum até doenças graves, como a Síndrome Respiratória do Oriente Médio (MERS-CoV) e a Síndrome Respiratória Aguda Grave (SARS-CoV). Os vírus associados à manifestação da SARS possuem uma proteína Spike com um domínio variável de ligação ao receptor que se liga aos receptores ACE-2 e é encontrado em vários órgãos, como pulmões, intestinos, coração e rins (ADOMAITIS, 2021).

A Proteína Spike/S, conduz a entrada e a fixação na célula hospedeira. À interação entre a subunidade S1 e o receptor ECA-2, nas membranas virais a subunidade S2 integra-se o hospedeiro, o que facilita a entrada do genoma viral nas células. O processo inicia pela protease da célula hospedeira, através da proteína S, resultando na clivagem da proteína S na fronteira S1-S2. A neuropilina-1 (NRP1) é um receptor secundário em que a proteína S se liga, pois as células endoteliais pulmonares e olfativas são expressas, onde facilita a entrada e a infectividade do SARS-CoV-2 através da co-expressão com ECA-2 e da protease transmembrana serina 2. O processo de incubação do vírus é de 5 a 10 dias, onde os sintomas podem durar mais de 10 dias, e em crianças com doenças crônicas associadas duram mais de 20 dias (ADOMAITIS, 2021).

As sequelas a longo prazo são caracterizadas por complicações que surgem a partir da sexta semana após o início dos sintomas ou sintomas que perduram por mais de 6 semanas. Há poucos estudos sobre a prevalência de sequelas a longo prazo em pacientes que contraíram o vírus, mas há evidência que disfunções olfativas e gustativas, sequelas cardiovasculares, pulmonares e neurológicas são algumas que podem ser esperadas dos pacientes. Em crianças a síndrome inflamatória multissistêmica foi associada ao SARS-CoV-2, e pode ter sequelas a longo prazo (GRENDENE et al., 2021).

Crianças e adolescentes também foram acometidos pelo vírus da Covid-19, porém apresentava sintomas menos graves naquelas que não possuíam nenhuma comorbidade associada, com número de casos bem menos expressivo que adultos e idosos e cerca de 90% dos casos eram assintomáticos. A literatura traz que esse grupo não foi tão afetado por conta de especificidades do estágio de desenvolvimento do organismo do corpo humano que dificulta a instalação da infecção (CAVALCANTE et al., 2021).

O maior percentual de pacientes críticos está relacionado à presença de comorbidades (doenças cardiopulmonares ou neurológicas crônicas) e idade (menores de 3 anos). crianças com mais de 10 anos e adolescentes sem comorbidades prévia sofrem de Covid-19 menos grave, além disso, na população infantil, o Covid-19 pode ser co-infectado com outros tipos de vírus. O tempo médio desde o início dos sintomas até o diagnóstico é de 2 dias (intervalo de 0 a 42 dias), na maioria dos casos é diagnosticada de 3 a 7 dias após

o início dos primeiros sintomas. Não há diferença da gravidade da doença entre meninos e meninas. A mortalidade em crianças e adolescentes ainda não foi descrita, mas acredita-se que seja menor do que em adultos, dada a doença menos grave na população pediátrica (LANZA et al.,2020).

Apesar das medidas adotadas pela Emergência em Saúde Pública de Importância Nacional (ESPIN) pelo Diário Oficial da União de 30 de janeiro de 2020, embora a melhor escolha para a proteção da população seja o controle da disseminação do vírus, este controle traz grandes impactos no cotidiano das pessoas, o que causa restrições adotadas por solidão, tédio, estresse, ansiedade, redução de atividade física gerando perda física e funcional imposto pelo isolamento social (BORGES et al., 2022).

Um dos fatores que contribuem para a transmissão do vírus para as crianças é devido à falta compreensão das medidas de saúde que previnem a contaminação como: lavar as mãos de forma correta, o distanciamento social entre outros. Existe a recomendação dos pediatras que crianças menores de dois anos não utilizem máscaras para prevenir um possível sufocamento, o que as deixa mais vulnerável (GOMES et al.,2021).

Avaliação fisioterapêutica

Vários testes funcionais são aplicados para traçar os objetivos fisioterapêuticos da reabilitação infantil pós-COVID-19, tais como: teste de vaivém modificado, teste de caminhada de 6 minutos (TC6 M), mica, teste do degrau, sentar e erguer, avaliação da capacitância e força pulmonar, respiração frequência cardíaca (FC), saturação do sangue periférico (SpO2), ausculta pulmonar, sinal de mal-estar respiratório (ASC), falta de ar, escala modificada de Borg e escala do ursídea de pelúcia, além de capacitância de avaliação respiratória, avaliação de postura e força muscular teste (ADOMAITIS, 2021).

Intervenções fisioterapêuticas

Os recursos fisioterapêuticos ajudam na massa muscular e na diminuição do peso, além da melhora do sistema cardiorrespiratório. Exercícios respiratórios tem como objetivo minimizar a fraqueza, fadiga, dispneia, melhorar a troca gasosa e elevar a força muscular respiratória, exercícios respiratórios. A capacidade respiratória, oxigênio e dispneia, recebem auxílio de suplementação através da reabilitação pulmonar. Pacientes pós covid-19 apresentam descondicionamento físico e alterações funcionais musculares periféricas, precisam adquirir uma qualidade de vida, onde seja saudável e ativo, para a melhoria dos sintomas e sequelas. Além de promover uma maior tolerância do condicionamento, a reabilitação pulmonar auxilia na melhora da realização das atividades de vida diária (AVD's).

Exercícios resistidos mostram-se eficientes ao promover a melhora da força muscular, da capacidade funcional, na prevenção de doenças adjacentes, na realização das AVD's e no sedentarismo (NAGAMINE et al., 2021).

As atividades para reabilitação pulmonar, exercícios posturais, principalmente nas complicações respiratórias fazem parte do processo de recuperação funcional do quadro clínico imposto pela doença (MENEZES et al,2022).

Esta reabilitação começa em ambiente hospitalar. Naqueles que necessitam de internação, sua importância é inegável, pois o uso de ventilação mecânica aumenta o risco de fraqueza muscular adquirida na UTI (ICU-AMF), aumentando a morbimortalidade em pacientes pediátricos. usando o movimento precoce como um método de evitação, 25 AMF-UTI foi introduzido por meio de movimento passivo que fazia a transição para exercícios aeróbicos ativos e ativos, como sentar e levantar subir e descer escadas, ficar parado, andar em blocos fazendo exercícios aos membros com bengala, bola ou bicicleta ergométrica, cuja duração é ajustada de acordo com a resistência da criança e levando em consideração o nível 3 da escala modificada de *Borg* ou *Exercise Perception Scale* (OMNI) (ADOMAITIS, 2021).

A prevenção de patologias respiratórias aumentará significativamente a disponibilidade de leitos, além de reduzir consideravelmente os gastos do SUÍNO. Nesse contexto, para SILVA; SOUSA, 2020, a atividade física minimiza o estresse, melhora a capacidade cardiorrespiratória, a autoestima, a força muscular e previne 15 dispneias e fragilidades. Dessa forma, esses profissionais de fisioterapia que atuam na reabilitação têm papel fundamental no período de isolamento, auxiliando na otimização da autonomia funcional e na melhora da qualidade de vida, como a reinserção social. (FERNANDES, 2021)

Fisioterapeuta no cenário atual do pós-covid em crianças e adolescentes

A atuação do fisioterapeuta se destaca entre os especialistas envolvidos na recuperação de pacientes no período pós-COVID19, pois contribui para a prevenção e reabilitação da insuficiência respiratória e limitações das atividades diárias. Em estudo semelhante, SILVA; SOUSA, 2020, enfatiza a importância do acompanhamento do fisioterapeuta para melhora e recuperação dos sintomas (FERNANDES, 2021).

Foram apresentadas estratégias educativas durante o isolamento domiciliar, educação em saúde e serviços prestados por redes de telecomunicações e internet para o tratamento fisioterapêutico de crianças assintomáticas. Outras estratégias adotadas para reduzir os efeitos do isolamento social incluem o incentivo às práticas familiares por meio de brincadeiras e atividades que mantenham o desenvolvimento neuropsicomotor típico

(ADOMAITIS, 2021).

Diante do exposto, para limitar a gravidade de todas as consequências associadas à hospitalização, o papel do profissional fisioterapeuta é ficar responsável pelo tratamento destes pacientes sendo essencial, pensar em estratégias de abordagem do paciente (FERNANDES, 2021).

Conclusão

Relacionado a gravidade da Covid-19, os pacientes pediátricos com quadro clínico grave são a minoria, mas cerca de 5% dos pacientes pediátricos apresentam sintomas graves, dentre esses, a maioria já apresentava comorbidades prévias e com faixa etária menor de 3 anos de idade. Por ser uma doença infecciosa, de fácil contaminação, e em sua maioria, assintomática em crianças e adolescente, as sequelas provenientes da Covid-19 podem persistir a longo prazo, e são caracterizadas por disfunções olfativas e gustativas, sequelas cardiovasculares, pulmonares e neurológicas e síndrome inflamatória multissistêmica, a abordagem fisioterapêutica será realizada considerando a gravidade de cada paciente, utilizando recursos e manobras manuais, com foco na expansibilidade pulmonar e melhora do suporte ventilatório, por meio de técnicas de higiene brônquica nas trocas gasosa e ventilação-perfusão.

Através desse estudo ficou evidente a importância da atuação do fisioterapeuta através de intervenções realizadas durante o atendimento a crianças e adolescentes pós a contaminação do Covid-19. Sendo o profissional fisioterapeuta responsável por trazer resultados benéficos a esses pacientes, bem como, suas intervenções que são imprescindíveis para a evolução do tratamento, promovendo sempre, a diminuição das possíveis complicações geradas pela doença ao promover a melhora e bem-estar desses pacientes. Contudo, nota-se a necessidade de mais estudos e pesquisas acerca do tema proposto, uma vez que, há escassez de estudos que tragam informações importantes desde a prevenção até o tratamento fisioterapêutico ao atendimento específico de crianças e adolescentes diagnosticados com Covid-19. Esse fator limitante pode ser respaldado pelo fato de o público em questão não apresentar tantos efeitos agravantes quando comparado a pacientes adultos e idosos, bem como a taxa de mortalidade em crianças e adolescentes por Covid-19 ser menor quando comparada a de adultos e idosos.

Por fim, é imprescindível a atuação do fisioterapeuta no tratamento e recuperação dos pacientes pediátricos infectados pela Covid-19 é de suma importância tanto para a evolução do tratamento quanto para minimizar as repercussões decorrentes da doença.

Referências Bibliográficas

ADOMAITIS, Ana Paula Guimarães et al. **COVID-19 Na população pediátrica: estado da arte.** Dissertação de Bacharel em Fisioterapia. Trabalho de Conclusão de Curso da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul. 2021. Disponível em: <https://repositorio.ufms.br/handle/123456789/4151>. Acesso em: 07 de setembro de 2022.

BAEK, S. et al. The most downloaded and most cited articles in radiology journals: a comparative bibliometric analysis. **European Radiology**, v. 28, n. 11, p. 4832–4838, 2018.

BORGES, Karollyne Vitória Clementino et al. **Influência do isolamento social imposto pelo COVID-19 na qualidade de vida de crianças e adolescentes: uma revisão integrativa.** Trabalho de Conclusão de curso de Fisioterapia. Universidade Federal de Uberlândia, Minas Gerais, 2022. Disponível em: <https://repositorio.ufu.br/handle/123456789/34654>. Acesso em 28 de outubro de 2022.

CAVALCANTE, Ana Nery Melo, TAVARES, Lohanna Valeska de Sousa, BASTOS, Maria Luiza Almeida, ALMEIDA, Rosa Livia Freitas de. **Perfil clínico-epidemiológico de crianças e adolescentes com COVID -19 no Ceará.** Programa de Pós-graduação em Saúde Coletiva. Universidade de Fortaleza. Fortaleza, CE. Rev. Bras. Saúde Matern. Infant., Recife, 21 (Supl. 2): S437-S443, maio., 2021.

DA MATA, Alicce Abreu et al. Impacto da pandemia de COVID-19 na saúde mental de crianças e adolescentes: uma revisão integrativa. **Brazilian Journal of Development**, v.7, n.1, p. 6901-6917, 2021. Disponível em: <https://www.brazilianjournals.com/ojs/index.php/BRJD/article/view/23381>. Acesso em: 08 de setembro de 2022.

FERNANDES, Luana. **A atuação da fisioterapia na reabilitação pulmonar pós-Covid-19.** Trabalho de Conclusão de Curso Bacharel em Fisioterapia. Centro de Educação Superior de Guanambi, Bahia, 2021. Disponível em: <https://repositorio.animaeducacao.com.br/bitstream/ANIMA/20778/1/TCC%20II%20%20LUA%20RIBEIRO%20FERNANDES..pdf>. Acesso em: 17 de novembro de 2022.

GALVÃO, Maria Cristiane Barbosa, RICARTE, Ivan Luiz Marques. Revisão sistemática da literatura: conceituação, produção e publicação. LOGEION: Filosofia da informação, Rio de Janeiro, v. 6 n. 1, p.57-73, set.2019/fev. 2020.

GOMES, Nivreanes Tchern Nulle et al. Coorte retrospectiva de crianças e adolescentes hospitalizados por COVID-19 no Brasil do início da pandemia a 1º de agosto de 2020. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 24, p. e 210026, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/rbepid/2021.v24/e210026/pt/>. Acesso em: 28 de outubro de 2022.

GRENDENE, Camila Senedese et al. Coronavírus (Covid-19): história, conhecimento atual e sequelas de longo prazo. **Revista Corpus Hippocraticum**, v. 1, n. 1, 2021. Disponível em: <http://189.112.117.16/index.php/revista-medicina/article/view/451>. Acesso em 28 de outubro de 2022.

LANZA, Fernanda Cordoba; RIBEIRO, Simone Nascimento Santos. Aspectos epidemiológicos e atuação do fisioterapeuta na prevenção e tratamento da COVID-19 na população infantil em ambiente hospitalar. **ASSOBRAFIR Ciência**, v. 11, n. Suplemento 1, p. 205-211, 2020. Disponível em: <https://assobrafirciencia.org/journal/assobrafir/article/doi/10.47066/2177-9333.AC20.covid19.020>. Acesso em: 07 de setembro de 2022.

MENEZES, Thainá Barros de; SILVA, Andreyana Aguiar da; REMÉDIO, Mariane Chaves; PASSOS, Waleska Araújo dos; MELO, Julianne Barroso; VIEIRA, Tailany Cristina Souza; MARQUES, Karla Martins; VERAS, Denilson da Silva. Atuais técnicas de intervenções fisioterapêuticas para remoção de secreção em crianças diagnosticadas com Fibrose Cística: uma revisão integrativa de literatura. **Brazilian Journal of Health Review**. Curitiba, v. 5, n.6, p.22075-22087, nov./dec.,2022. Disponível: <https://www.brazilianjournals.com/ojs/index.php/BJHR/article/view/53899>. Acesso em: 18 de novembro de 2022.

NAGAMINE, Bruna Pereira; LOURENÇO, Lécia Kristine; CHAVES, Camila Teixeira de Oliveira Penna. Recursos fisioterapêuticos utilizados no Pós Covid- 19: Uma revisão bibliográfica. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 7, p. e42910716785-e42910716785, 2021. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/1678>. Acesso em: 07 de setembro de 2022.

SILVA, Alexandro da; CASTRO-SILVA, Carlos Roberto; MOURA, Ludmila de. Pesquisa qualitativa em saúde: percursos e percalços da formação para pesquisadores iniciantes. **Saúde Soc.** São Paulo, v.27, n.2, p.632-645, 2018.

FERNANDES, Luana Ribeiro. **A atuação da fisioterapia na reabilitação pulmonar pós-covid19: Revisão de literatura.** CESC- Centro de Educação Superior de Guanambi. Guanambi- BA, 2021. Disponível em: <https://repositorio.animaeducacao.com.br/bitstream/ANIMA/20778/1/TCC%20II%20%20LUANA%20RIBEIRO%20FERNANDES..pdf>. Acessado em: 09 de julho de 2023.