

A IMPORTÂNCIA DA MOBILIZAÇÃO PRECOCE NA REDUÇÃO DO TEMPO DE INTERNAÇÃO HOSPITALAR

SANTOS, N. G. P.; ARREBOLA, M. S.

Palavras-chave: Mobilização Precoce. Fisioterapia Hospitalar. Tempo de Internação.

INTRODUÇÃO

A hospitalização prolongada, especialmente em ambientes de terapia intensiva, está associada a uma série de complicações clínicas, funcionais e psicológicas. A imobilidade, mesmo por curtos períodos, pode desencadear quadros de fraqueza muscular adquirida na UTI (FMAU), comprometimento respiratório, alterações hemodinâmicas e declínio cognitivo (Moreira *et al.*, 2020).

Nesse cenário, a mobilização precoce emerge como uma abordagem fisioterapêutica fundamental, com potencial para modificar o prognóstico clínico e reduzir o tempo de internação hospitalar. A relevância do tema se intensificou com a pandemia da COVID-19, que evidenciou a necessidade de estratégias de reabilitação intensiva para pacientes críticos, especialmente aqueles submetidos à ventilação mecânica prolongada (Coelho & Mendes, 2021).

A mobilização precoce passou a ser reconhecida não apenas como uma técnica, mas como uma filosofia de cuidado centrada na funcionalidade, autonomia e humanização.

OBJETIVO

Este estudo tem como objetivo analisar a mobilização precoce como estratégia fisioterapêutica para a redução do tempo de internação hospitalar, destacando seus benefícios clínicos, desafios operacionais, implicações para a prática profissional e evidências científicas que sustentam sua eficácia.

MÉTODO

Trata-se de uma revisão bibliográfica de abordagem qualitativa, com recorte temporal entre 2015 e 2025. Foram selecionados artigos científicos, livros técnicos e documentos institucionais nas bases PubMed, SciELO, LILACS e Google Acadêmico. Os descritores utilizados foram: mobilização precoce, tempo de internação, fisioterapia hospitalar, reabilitação intensiva e cuidados críticos.

Critérios de inclusão: estudos com pacientes adultos hospitalizados, que abordem diretamente a mobilização precoce e seus efeitos sobre o tempo de internação, publicados em português, inglês ou espanhol.

Critérios de exclusão: artigos com foco pediátrico, estudos sem dados clínicos relevantes, duplicados ou indisponíveis na íntegra.

A análise foi realizada por meio de leitura exploratória, categorização temática dos achados e síntese crítica dos resultados, conduzida por pares. A pesquisa não envolveu coleta de dados primários, portanto, não se aplica protocolo de Comitê de Ética.

DESENVOLVIMENTO

A mobilização precoce é definida como qualquer atividade física iniciada nas primeiras 24 a 72 horas de internação, respeitando critérios clínicos de segurança. Essa prática inclui desde mudanças de decúbito e exercícios passivos, até sedestação, ortostatismo e marcha assistida. Diversos estudos demonstram que a mobilização precoce está associada à redução do tempo de internação, melhora da capacidade funcional, diminuição de complicações respiratórias e psicológicas, e maior independência nas atividades de vida diária.

Segundo Moreira *et al.* (2020), pacientes submetidos à mobilização precoce apresentaram redução média de 3 a 5 dias no tempo de internação, além de menor taxa de reinternação em até 30 dias após a alta. Lima & Silva (2023) reforçam que a intervenção precoce contribui para a preservação da força muscular, melhora da ventilação espontânea e redução da necessidade de sedação contínua. O papel do fisioterapeuta é central nesse processo. A atuação exige avaliação clínica diária, prescrição individualizada de exercícios, monitoramento de sinais vitais e integração com a equipe multiprofissional. A comunicação entre profissionais é essencial para garantir segurança, adesão ao protocolo e resposta positiva do paciente.

Durante a pandemia, a mobilização precoce foi incorporada aos protocolos de reabilitação pós-COVID-19, com resultados expressivos na recuperação funcional, prevenção de sarcopenia e redução da dependência ventilatória, Coelho & Mendes (2021), destacam que a mobilização precoce em pacientes com COVID-19 reduziu em até 40% o tempo de internação em UTI, além de melhorar os índices de qualidade de vida após a alta.

Podemos verificar maiores evidências conforme apresentado na Tabela 1.

Tabela 1 – Principais benefícios da mobilização precoce em UTI

Autor/Ano	Benefício identificado
Santana <i>et al.</i> (2022) Moreira <i>et al.</i> (2020)	Redução do tempo de internação
Cerol <i>et al.</i> (2019)	Prevenção de complicações respiratórias
Silva & Gomes (2015); Lima & Silva (2023)	Melhora da força muscular e função motora
Coelho & Mendes (2021); Pinto (2018)	Redução da ansiedade e depressão
Martinez Camacho <i>et al.</i> (2021)	Diminuição da dependência funcional
Kundsin <i>et al.</i> (2024); Aquim <i>et al.</i> (2019)	Menor tempo em ventilação mecânica

Fonte: Autora do trabalho (2025).

Apesar dos benefícios, a implementação enfrenta desafios como escassez de recursos humanos, sobrecarga da equipe, falta de capacitação específica, resistência institucional e receio de eventos adversos. A superação dessas barreiras requer políticas hospitalares que valorizem a reabilitação precoce como parte do cuidado integral, além de investimentos em formação continuada e infraestrutura adequada.

CONCLUSÃO

A mobilização precoce configura-se como uma intervenção segura, eficaz e indispensável na fisioterapia hospitalar. Seus efeitos positivos sobre o tempo de

internação, funcionalidade e qualidade de vida dos pacientes justificam sua incorporação sistemática aos protocolos clínicos. Para que essa prática seja efetiva, é imprescindível o fortalecimento da atuação fisioterapêutica, a capacitação contínua das equipes, o engajamento institucional e o investimento em infraestrutura hospitalar.

A mobilização precoce representa uma mudança de paradigma no cuidado intensivo, centrada na funcionalidade, autonomia e humanização. A consolidação dessa prática depende do reconhecimento de seu valor clínico e da articulação entre ciência, gestão e prática profissional. Investir na mobilização precoce é investir na dignidade, na recuperação e na vida dos pacientes hospitalizados.

REFERÊNCIAS

AQUIM, E. E.; BERNARDO, W. M.; BUZZINI, R. F. et al. Diretrizes Brasileiras de Mobilização Precoce em Unidade de Terapia Intensiva. **Revista Brasileira de Terapias Intensivas**, v. 31, n. 4, p. 434-443, 2019.

BRASIL. Associação de Medicina Intensiva Brasileira. **Diretrizes Brasileiras de Mobilização Precoce em UTI**. São Paulo: AMIB, 2019.

CEROL, Pedro; MARTINS, Jorge; SOUSA, Luís; OLIVEIRA, Isabel; SILVEIRA, Teresa. Mobilização precoce em pessoas submetidas a ventilação mecânica invasiva: revisão integrativa da literatura. **Revista Portuguesa de Enfermagem de Reabilitação**, Lisboa, v. 2, n. 1, p. 49-58, jun. 2019.

COELHO, Laura Maria Andrade; MENDES, Bárbara Lira Bahia. Mobilização precoce para reabilitação de pacientes acometidos por COVID-19: revisão integrativa. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 4, e21710414284, 2021.

KUNDSIN, A.; PAULA, A. B. DE; SPIGUEL, L. C.; CARDOSO, R. S. Impacto da mobilização precoce na redução do tempo de internação em UTI. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, v. 6, n. 2, p. 1624–1635, 2024.

LIMA, A. M. de S.; SILVA, G. A. da. Mobilização precoce no paciente internado em UTI: um estudo de revisão. **Research, Society and Development**, v. 12, n. 7, e11412742593, 2023.

MARTINEZ CAMACHO, Miguel Ángel; et al. Mobilização precoce na Unidade de Terapia Intensiva. **Medicina Crítica**, v. 35, n. 2, p. 89-95, 2021.

MOREIRA, R. C. M.; TONELLA, R. M.; TALLARICO, L. M. S. et al. O impacto de um protocolo de mobilização precoce, viável e de baixo custo em pacientes críticos: comparação com a fisioterapia convencional. **Revista Brasileira de Terapias Intensivas**, v. 42, n. 1, p. 1-9, 2020.

PINTO, Bárbara Fernandes; PINTO, Bruna Fernandes; DIAS, Eduardo Henrique Ferreira. Efeitos sistêmicos da mobilização precoce em pacientes adultos internados na unidade de terapia intensiva: revisão atualizada. **Fisioterapia Brasil**, v. 19, n. 6, p. 857-865, 2018.

SANTANA, E. P. M.; SARMENTO, R. E. S.; SOUZA, T. S.; CARNEIRO, L. M. Mobilização precoce no paciente crítico. **Revista CPAQV - Centro De Pesquisas Avançadas Em Qualidade De Vida**, v. 14, n. 2, 2022.

SILVA, P. M. D. S. A.; GOMES, B. P. Efeitos da mobilização precoce na reabilitação funcional em doentes críticos: uma revisão sistemática. **Revista de Enfermagem Referência**, Série IV, n. 5, p. 129-138, 2015.