

# A mobilização precoce na pessoa hospitalizada com pneumonia: uma revisão sistemática de efetividade

Dina Peças<sup>1\*</sup>, Ana Vanessa Antunes<sup>2</sup>, Cristina Baixinho<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Centro de Investigação Inovação e Desenvolvimento em Enfermagem de Lisboa (CIDNUR), Escola Superior de Enfermagem, Universidade de Lisboa. Lisboa. Portugal; [orcid.org/0000-0003-2815-1241](https://orcid.org/0000-0003-2815-1241)

<sup>2</sup> Centro de Investigação Egas Moniz; Egas Moniz School of Health and Science, 2829-511 Monte de Caparica, Almada, Portugal; [orcid.org/0000-0001-5784-427X](https://orcid.org/0000-0001-5784-427X)

<sup>3</sup> Centro de Investigação Inovação e Desenvolvimento em Enfermagem de Lisboa (CIDNUR), Escola Superior de Enfermagem, Universidade de Lisboa. Lisboa. Portugal; [orcid.org/0000-0001-7417-1732](https://orcid.org/0000-0001-7417-1732)

\* Autor de correspondência: [dinabaiao@sapo.pt](mailto:dinabaiao@sapo.pt)

## Resumo

### Introdução

A pneumonia é uma das principais causas de hospitalização a nível mundial, afetando diferentes faixas etárias, com maior risco para adultos/idosos. Além de representar uma significativa carga de morbimortalidade, a hospitalização prolongada devido à pneumonia está associada a elevados índices de imobilidade, com os doentes a permanecerem até 95% do tempo na cama.<sup>1,2</sup> A baixa mobilidade hospitalar é um fator de risco evitável, tornando a implementação de estratégias de mobilização precoce essencial para a melhoria dos resultados em saúde.<sup>1</sup>

### Objetivo

Identificar as evidências disponíveis sobre as intervenções a implementar para a mobilização precoce no adulto/idoso hospitalizado com Pneumonia.

### Métodos

Realizou-se uma revisão sistemática de efetividade, conforme diretrizes da Cochrane<sup>3</sup>, para responder à questão: “Quais as intervenções garantem a mobilização precoce em adultos/idosos hospitalizados com pneumonia?”. Foram incluídos estudos envolvendo adultos e idosos hospitalizados com pneumonia, abordando intervenções como levantar, transferência, deambulação e mobilização precoce. As bases de dados consultadas incluíram CINAHL, MEDLINE, Scopus, Cochrane Library, CENTRAL, PEDro, OTseeker e B-On. O protocolo foi registado na PROSPERO. Avaliaram-se o risco de viés com a ferramenta RoB 2 e a qualidade da evidência com a abordagem GRADE.

### Resultados

Foram analisados 10 RCT's, que destacam que a mobilização precoce exige capacitação contínua das equipas de saúde, através de treino presencial e/ou online, sessões práticas e monitorização sistemática. A implementação eficaz das intervenções inclui a avaliação inicial detalhada, a mobilização progressiva ajustada à condição clínica do doente, o uso de exercícios específicos e a aplicação de escalas de monitorização. O envolvimento ativo dos doentes e familiares, através de educação e materiais informativos, mostrou-se fundamental para a adesão às estratégias. A adaptação das intervenções às necessidades individuais, aliada ao uso de tecnologias assistidas e equipamentos especializados, favorece a recuperação funcional. A monitorização contínua e reuniões interdisciplinares são essenciais para garantir a eficácia e segurança das intervenções implementadas.

### Conclusão

A mobilização precoce em pacientes com pneumonia reduz complicações associadas ao repouso prolongado, favorece a reabilitação funcional e melhora a qualidade de vida. A sistematização dessas intervenções promove o cuidado centrado na funcionalidade e contribui para a formação de profissionais de saúde.

### Palavras-chave

Adulto, Idoso, Pneumonia, Mobilização precoce, Hospitalização.

### Referências

1. Johnson JK, Hamilton AC, Hu B, Pack QR, Lindenauer PK, Fox RJ, et al. Assisted ambulation to improve health outcomes for older medical inpatients (AMBULATE): study protocol for a randomized controlled trial. *Trials* [Internet]. 2023 [citado 10 novembro 2025]; 24(471):1-14 Disponível em: <https://link.springer.com/article/10.1186/s13063-023-07501-y#citeas>
2. Van Dijk-Huisman HC, Koenders N, Marcellis RG, Smits IG, Hoogeboom TJ, Lenssen TA. Effectiveness of hospital fit on physical activity in hospitalized patients: a stepped-wedge cluster-randomized trial and process evaluation. *Sensors* [Internet]. 2024 [citado 10 novembro 2025]; 24(18): 5920. Disponível em: <https://www.mdpi.com/1424-8220/24/18/5920>
3. Higgins JPT, Thomas J, Chandler J, Cumpston M, Li T, Page MJ, Welch VA, editors. *Cochrane handbook for systematic reviews of interventions version 6.3 (updated February 2022)* [Internet]. Londres: Cochrane; 2022 [citado 10 novembro 2025]. Disponível em: [www.training.cochrane.org/handbook](http://www.training.cochrane.org/handbook)