

## Índice

Agradecimentos .....	7
Prefácio .....	9
Nota introdutória .....	11

### Parte 1. Enquadramento

1. Objetivos .....	15
2. População-alvo .....	15
3. Espaço físico .....	16
4. Recursos materiais .....	16
5. Recursos humanos .....	16
6. Duração .....	17
7. Considerações .....	17
8. Planificação das sessões .....	17

### Parte 2. Sessões de fisioterapia respiratória

1ª Semana .....	23
1ª Sessão .....	23
2ª Sessão .....	35
3ª Sessão .....	41
2ª Semana .....	46
4ª Sessão .....	46
5ª Sessão .....	52
6ª Sessão .....	56

3ª Semana .....	61
7ª Sessão .....	61
8ª Sessão .....	65
9ª Sessão .....	68
Considerações finais .....	70
Nota conclusiva .....	70

### Parte 3. Folhetos orientadores

Controlo Respiratório – Folheto I .....	77
Alívio da Falta de Ar – Folheto II.....	81
Higiene Brônquica – Folheto III .....	85
Sistema Respiratório – Folheto IV (Parte 1) .....	85
Infeção Respiratória do Trato Inferior – Folheto IV (Parte 2) .....	95
Exercício Físico – Folheto V .....	95
Alimentação em Ação – Folheto VI.....	109
Tabagismo – Operação STOP – Folheto VII.....	115