

**Rezumatul activității și a rezultatelor obținute în subprogram în anul 2024**  
**STRATEGII DE REFACERE A PERSOANELOR CU DECONDIȚIONARE FIZICĂ ÎN**  
**ERA POST-PANDEMICĂ, COVID – 19, PRIN ACTIVITĂȚI FIZICE DE RECUPERARE**  
(denumirea subprogramului)

Codul subprogramului **060106**

Subprogramul are drept scop realizarea strategiilor de refacerea și recuperarea persoanelor, de diferite vârste, cu decondiționare fizică survenită în urma pandemiei Covid - 19 pentru îmbunătățirea stării de sănătate inclusiv calitatea vieții prin activități fizice.

Prin acest subprogram elaborăm un sistem de monitorizare ale activităților fizice de recuperare în instituțiile interesate, prin implicarea cadrelor didactice, colaboratorii instituțiilor și a studenților. Astfel, am elaborat 4 articole și o monografie la tema susnumită. Cercetările din cadrul subprogramului dezvoltă abordările științifice existente, privind recuperarea pacienților cu decondiționare fizică în acest domeniu. Ideile modernizate și adaptate, dezvoltate de partea practică a subprogramului pe baza, se vor realiza în aplicații practice: activități fizice de recuperare, pliante cu programe de recuperare pe categorii de vârstă cu diferite afecțiuni. Kinetoterapia joacă un rol crucial în managementul sănătății populației în perioada post COVID-19, având un impact semnificativ în îmbunătățirea funcționalității fizice, reducerea riscului de fracturi și îmbunătățirea calității vieții pentru persoanele afectate de această afecțiune. Studiul a relevat îmbunătățiri semnificative ale compoziției corporale, inclusiv o scădere a greutateii corporale de la  $61,6 \pm 0,9$  kg la  $56,5 \pm 0,6$  kg ( $P < 0,001$ ), o reducere a IMC de la  $25,1 \pm 0,35$  la  $21,3 \pm 0,37$  ( $P < 0,01$ ) și o scădere a circumferinței abdominale de la  $78,96 \pm 1,0$  cm la  $74,5 \pm 1,1$  cm.

Aceasta este o strategie globală ambițioasă, menită să maximizeze impactul tratamentelor salvatoare de viață pe termen lung. Eforturile de consolidare a sistemului global de sănătate includ investiții în servicii de kinetoterapie, susținând în mod explicit sănătatea pe termen lung. Republica Moldova nu face excepție în acest context, deoarece evoluția răspândirii COVID-19 în țară a urmat o traiectorie foarte asemănătoare cu cea globală.

**Summary of Activity and Results Obtained in Subprogram in 2024**  
**STRATEGIES FOR RECOVERY OF PEOPLE WITH PHYSICAL DECONDITIONING**  
**IN THE POST-PANDEMIC, COVID – 19 ERA, THROUGH PHYSICAL RECOVERY**  
**ACTIVITIES**

(Subprogram Name)

Subprogram Code **060106**

The purpose of the sub-programme is to implement strategies for the recovery and recovery of people, of different ages, with physical deconditioning that occurred as a result of the Covid-19 pandemic, in order to improve the state of health, including the quality of life through physical activities.

Through this subprogram we are developing a monitoring system of physical recovery activities in the institutions concerned, by involving teaching staff, institutions' collaborators and students. Thus, I have developed 4 articles and a monograph on the aforementioned topic. Research within the subprogramme develops the existing scientific approaches regarding the recovery of patients with physical deconditioning in this field. The modernized and adapted ideas, developed by the practical part of the subprogram on the basis, will be realized in practical applications: physical recovery activities, leaflets with recovery programs by age categories with different ailments. Physiotherapy plays a crucial role in population health management in the post-COVID-19 period, having a significant impact in improving physical functionality, reducing the risk of fractures and improving the quality of life for people affected by this condition. The study revealed significant improvements in body composition, including a decrease in body weight from  $61.6 \pm 0.9$  kg to  $56.5 \pm 0.6$  kg ( $P < 0.001$ ), a reduction in BMI from  $25.1 \pm 0.35$  to  $21.3 \pm 0.37$  ( $P < 0.01$ ) and a decrease in abdominal circumference from  $78.96 \pm 1.0$  cm by  $74.5 \pm 1.1$  cm.

This is an ambitious global strategy aimed at maximizing the impact of life-saving treatments in the long term. Efforts to strengthen the global health system include investments in physical therapy services, explicitly supporting long-term health. The Republic of Moldova is no exception in this context, because the evolution of the spread of COVID-19 in the country followed a trajectory very similar to the global one.