

EXERCÍCIO FÍSICO NA REABILITAÇÃO DE PACIENTES COM ACIDENTE VASCULAR ENCEFÁLICO

PHYSICAL EXERCISE IN THE REHABILITATION OF PATIENTS WITH STROKE

EJERCICIO FÍSICO EN LA REHABILITACIÓN DE PACIENTES CON ACCIDENTE VASCULAR ENCEFÁLICO

Lucas Emannel Martins Miranda, Universidade Federal de Jataí (UFJ),
lucasemm1994@gmail.com

Nayara Costa Araújo, Universidade Federal de Jataí (UFJ),
nayaranana_hotmail.com

PALAVRAS-CHAVE: Exercício; Reabilitação; Mobilidade.

INTRODUÇÃO

O Acidente Vascular Encefálico (AVE) é uma doença que pode causar complicações na área motora, cognitiva, perceptiva, sensorial e de comunicação, decorrente de um processo hemorrágico, ocorrida pela ruptura de um vaso, ou devido a sua obstrução ou oclusão, levando o indivíduo a ter uma perda de sua autonomia e da independência (NUNES; FONTES; LIMA, 2017).

Schuh et al (2015) relatam que é essencial a prática regular de atividades físicas para melhoria nos padrões de saúde em pacientes acometidos por AVE. Sabe-se que a prática de atividade física, seguido pelo uso dos medicamentos, tem valor significativo em seu tratamento, no entanto estudos relacionando a reabilitação de pacientes com AVE por meio de atividades físicas são escassos (SILVA; LIMA; CARDOSO, 2014). Desta forma, objetivou-se verificar se a prática de exercícios físicos orientada pelo Profissional de Educação Física (PEF) pode auxiliar na reabilitação de pacientes pós AVE.

METODOLOGIA

Participou-se do estudo 4 indivíduos, de ambos os sexos, com idade entre 58 e 62 anos acometidos por AVE, apresentando déficit de força e equilíbrio. Foram desenvolvidas atividades para estimular as habilidades psicomotoras dos pacientes, como exercícios para os

membros superiores e inferiores com cargas leves, buscando ampliar a força, resistência, agilidade e flexibilidade.

O projeto foi aprovado pelo comitê de ética de pesquisa com seres humanos de registro nº 2.203.073 e foi solicitado a todos os participantes que assinassem o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Utilizou-se dois instrumentos validados, o Berg Balance Scale (BBS) para mensurar a capacidade de equilíbrio do paciente e o Timed Up And Go Test (TUG) para medir a velocidade do indivíduo na marcha.

Os testes foram realizados antes e depois da intervenção dos exercícios físicos. As atividades foram realizadas 2 vezes na semana durante 12 semanas e os dados foram analisados utilizando a média dos escores encontrados de acordo com a escala de pontuação de cada teste.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados mostraram uma média de pontuação de 44 antes da intervenção do PEF e após a intervenção obteve-se uma média de 51 pontos, indicando uma melhora no equilíbrio dos pacientes depois da prática dos exercícios físicos. Houve ainda uma diminuição no tempo de realização do teste TUG nos pacientes que apresentaram uma média de 24 segundos na primeira aplicação do teste e uma média de 13 segundos após a intervenção, demonstrando que as atividades físicas melhoraram suas habilidades psicomotoras.

Um estudo realizado por Macko et al (2008), que investigou os efeitos de um programa de atividade física adaptada na função da mobilidade de pacientes crônicos de AVE, também encontraram uma melhora no quadro funcional dos pacientes. Da mesma forma Kendall e Gothe (2016) evidenciaram que pacientes que praticavam exercício físico associado a reabilitação com fisioterapia tinham melhor velocidade na marcha e melhor capacidade de caminhar, corroborando com os resultados deste estudo.

CONCLUSÃO

Estes resultados oferecem reflexões que apontam para a formatação de estratégias e inserção de atividades físicas durante a reabilitação de pacientes acometidos pelo AVE. Foi possível observar que a intervenção psicomotora por meio da prática de atividades físicas induziu uma melhora no equilíbrio e mobilidade dos pacientes. Espera-se que os resultados

desta pesquisa possam fomentar o debate sobre a formação e inserção dos PEF na saúde e que contribuam para estimular a prática de atividades físicas em pacientes acometidos por esta patologia.

REFERÊNCIAS

- KENDALL, B. J.; GOTHE, N. P. Effect of Aerobic Exercise Interventions on Mobility among Stroke Patients: A Systematic Review. *American J of Physical Med & Rehabi*, v. 95, n. 3, p. 214-224, 2016.
- MACKO, R. F et al. Atividade Física Adaptativa melhora função da mobilidade e qualidade de vida na Hemiparesia crônica. *J of Rehabil Res Dev*, v. 45, n. 2, 2008, p. 323–328.
- NUNES, D. L. S, FONTES, W. S; LIMA, M. Cuidado de Enfermagem ao paciente ao paciente vítima de Acidente Vascular Encefálico. *Rev. Bras. de Ciênc. da Saúde*. 2017; 21(1).
- SCHUH, L. X. et al. A inserção do profissional de educação física nas equipes multiprofissionais da estratégia saúde da família. *Rev. Saúde*. 2015; 41(1): 29-36.
- SILVA, A. S. D; LIMA, A. P; CARDOSO, F. B. A relação benéfica entre o exercício físico e a fisiopatologia do acidente vascular cerebral. *Rev. Bras de Presc Fisio do Exerc*. São Paulo. 2014; 8(43): 88-99.