

ANÁLISE DO TREINAMENTO RESISTIDO NA QUALIDADE DE VIDA DE  
PORTADORES DA DOENÇA DE PARKINSON

ANALYSIS OF RESISTANT TRAINING IN THE QUALITY OF LIFE OF PARKINSON  
DISEASE CARRIERS

ANÁLISIS DEL ENTRENAMIENTO RESISTIDO EN LA CALIDAD DE VIDA DE  
PORTADORES DE LA ENFERMEDAD DE PARKINSON

Milena Vasconcelos Medeiros

Alice Pequeno de Brito

Victória Baia Pinto

Erik Artur Cortinhas Alves

*Palavras-chave: Treinamento Resistido; Doença de Parkinson e Qualidade de Vida.*

A doença de Parkinson (DP) é uma doença neurodegenerativa do sistema nervoso central, crônica e progressiva. É causado por uma diminuição intensa da produção de dopamina e degeneração progressiva seletiva afeta um conjunto de quatro sintomas motores: tremor, rigidez, bradicinesia e instabilidade postural. Diante disso, percebe-se que o meio farmacológico tem se esforçado para encontrar a solução da cura ou mesmo do controle da doença, no entanto, o Treinamento Resistido (TR) tem evidenciado uma boa melhora nos pacientes, diretamente no desempenho motor, força, velocidade, equilíbrio e coordenação, além de ser um meio que oferece lazer aos seus praticantes. Avaliar como o TR influencia na qualidade de vida (QV) dos pacientes com a DP. A amostra contou com 15 indivíduos de ambos os sexos (mulheres e homens) os quais todos possuem Parkinson. Todos participantes do Laboratório de Exercício Resistido e Saúde (LERES) segundo cep: 43624015.6.0000.5173; com idade ( $60 \pm 12$ ), foram submetidos ao TR durante 15 semanas a um protocolo com duas sessões semanais de 5 exercícios de força (supino sentado, remada unilateral, levantamento terra, panturrilha em pé e abdominal), 2 séries por exercício, 8 a 12

repetições máximas por série, com intervalos de 1-2 minutos entre séries ou exercícios. Os participantes do estudo foram avaliados individualmente pelo questionário PDQ-39 adaptado (Parkinson's Disease Quality of Life Questionnaire) que é específico para medir a percepção de QV em indivíduos com DP. A estatística foi realizada pelo programa BioEstat. Após a realização do TR foi feita uma análise nas respostas coletadas dos pacientes. O PDQ-39 é subdividido em 5 domínios que variam de 3 a 10 questões e cada questão assinalada tem pontuação de 0 a 4. O valor para cada domínio varia então em uma escala linear que vai de 0 a 100, onde zero significa QV bom e cem QV ruim. Os domínios avaliados dos pacientes com DP apresentaram: Mobilidade (93% bom e 7% médio); Bem-Estar (87% bom e 13% médio); Estigma (100% bom); Suporte Social (86% bom e 13% ruim) e Comunicação (100% bom). Os resultados encontrados permitem a compreensão do quanto à doença de Parkinson interfere na QV de seus portadores. Sendo assim, se faz necessário incrementar o TR como método interventor e eficaz no controle da QV, pois para cada domínio ele interfere diretamente.

## REFERÊNCIAS

Silva, J. A. M. G; Filho, A. V. D e Faganello, F. R. Mensuração da qualidade de vida de indivíduos com a doença de Parkinson por meio do questionário PDQ-39. *Fisioter Mov.* jan/mar; v. 24, n. 1, p. 141-6, 2011. <http://www.scielo.br/pdf/fm/v24n1/v24n1a16> Acesso em: 30 de Junho de 2018.

Santos, L. S; et al., Instrumentos de avaliação de qualidade de vida na doença de Parkinson.- *Revista Neurocienc;* v. 18, n. 4, p. 538-543, 2010. <http://www.revistaneurociencias.com.br/edicoes/2010/RN1804/410%20revisao.pdf> Acesso em: 30 de Junho de 2018.