



Efeitos da atividade física no equilíbrio de pessoas com Doença de Parkinson participantes de projeto de extensão

Santana, S.J.; Nunes, L.A.; Ferreira, P, H.; Junior, V.M.C.; Leme, J.A.C.A.;
Centro Universitário Católico *Auxilium* - UniSALESIANO, Lins-SP, Brasil

A doença de Parkinson é uma doença neurodegenerativa progressiva que altera funções motoras e cognitivas. Nesta doença pode ocorrer bradicinesia, congelamento, tremor, apatia facial, rigidez, instabilidade postural, perda de equilíbrio, entre outros. No aspecto do equilíbrio, diversos fatores podem ser afetados como alterações no centro de gravidade que, na maioria dos casos, é direcionado para frente, prejuízos na marcha, perda de força que resultam em instabilidade e eventuais quedas. O projeto de extensão Atividade Física para Pessoas com Doença de Parkinson é iniciativa interdisciplinar entre os cursos de Educação Física e Fisioterapia que oferece atividade física para seus participantes. Desta forma, o presente estudo teve como objetivo verificar os efeitos de exercícios físicos e cinesioterapia no equilíbrio de pessoas com Parkinson durante um período de 2 meses no projeto de Extensão: Atividade física para pessoas com doença de Parkinson no Centro Universitário Católico Salesiano *Auxilium* de Lins (UNISALESIANO). Este é um estudo transversal do qual participaram 6 idosos com média de idade de $(65\pm 6,8)$ anos, massa corpórea $(78\pm 14,6)$ kg, estatura $(1,74\pm 0,1)$ m, diagnosticados por médico neurologista com doença de Parkinson e aptidão para a prática apresentada através de atestado de médico cardiologista. As pressões arteriais e frequências cardíacas foram aferidas antes e após a intervenção. As sessões foram realizadas três vezes por semana durante 1 hora sendo dois dias de exercícios físicos compostos exercícios resistidos, aeróbios, proprioceptivos, de flexibilidade e um dia de cinesioterapia. Para análise de dados de equilíbrio foi utilizada a Escala de Equilíbrio de Berg que consiste em verificar o equilíbrio dinâmico e estático através de 14 tarefas representadas por atividades da vida diária. Para análise estatística foi utilizado o teste *t student* através do software SPSS. A análise dos dados obtidos através da Escala de Berg houve diferença significativa na comparação pré $(43\pm 4,30)$ e pós $(51\pm 2,80)$ ($P 0,002$), indicando que houve melhora no equilíbrio dos participantes após 2 meses de intervenção. Pode ser concluído que a participação no programa de atividade física composto por exercícios físicos e cinesioterapia contribuiu para melhora do equilíbrio em pessoas com Doença de Parkinson.

Email: sijasantana@hotmail.com