

EFEITOS DO TREINAMENTO DE FORÇA POTENTE COM USO DE FAIXAS ELÁSTICAS NO EQUILÍBRIO DE PACIENTES COM PARKINSON: UMA REVISÃO LITERÁRIA

XXXI Encontro de Extensão

Isis Tome Prado Bezerra, Vitória Menezes Frota, Pedro Braga Neto

Pessoas com doença de Parkinson (DP) podem apresentar deterioração na força muscular e no equilíbrio, provocando dificuldades no controle postural, que podem levar a quedas e gerar medo de cair nos pacientes, afetando sua qualidade de vida. A utilização de treinamentos de força potente utilizando faixas e tubos elásticos apresentam potencial como alternativa para melhorar a aptidão física e qualidade de vida de pacientes com DP. O objetivo deste trabalho é realizar uma revisão literária sobre os efeitos de treinamentos de força potente utilizando faixas elásticas no equilíbrio em pacientes com DP. Realizamos uma busca na literatura em quatro bases de dados internacionais: PubMed, SCOPUS, PeDro e Scielo. As buscas abrangeram documentos em inglês usando várias palavras-chave relacionadas a “treinamento de força potente”, “equilíbrio”, “faixas elásticas” e “Doença de Parkinson”. Os artigos selecionados foram analisados e revisados para listar os principais efeitos observados após treinamentos. Foram encontrados cerca de 1080 resultados que incluíam os termos da pesquisa. Desses, apenas 12 documentos corresponderam efetivamente aos critérios selecionados, sendo entre eles uma dissertação e um estudo de caso. Os artigos relataram melhoria no equilíbrio após períodos de treinamento utilizando faixas elásticas, mas aplicado em estratégias mistas de utilização (inclusive associadas a atividades físicas) e duração diferentes. Apenas um dos documentos não observou melhoria no equilíbrio. Apesar desses resultados, a maioria dos relatos carece de um método confiável para avaliação do equilíbrio em pacientes (como o Biodex Balance System). Portanto, a utilização de elásticos em protocolos de treinamento de força possibilita a melhoria do equilíbrio em pacientes com DP, porém, devido à escassez de literatura sobre este tema, é necessária a realização de mais estudos, sobretudo controlados e randomizados. Os autores agradecem o apoio financeiro fornecido pela PREX da UFC.

Palavras-chave: Equilíbrio. Thera Band. Doença de Parkinson.