



X NEUROCOR

VI PRÊMIO CUSHING PAZZANESE

EFEITO DE EXERCÍCIOS FÍSICOS EM PACIENTES COM ATAXIA ESPINOCEREBELAR: UMA REVISÃO NARRATIVA

Juliana Candido Pinesso ¹; Isabela Chequer Olea ¹; João Marcus de Lima Brito Alves².

- 1- Discente de Graduação no curso de Medicina na Universidade de Marília, Marília, São Paulo
- 2- Docente de graduação no curso de Medicina na Universidade de Marília, Marília, São Paulo

INTRODUÇÃO: As ataxias espinocerebelares (SCA) são doenças neurodegenerativas hereditárias que comprometem coordenação, equilíbrio e marcha, resultando em perda progressiva da autonomia funcional. Na ausência de terapias farmacológicas modificadoras, intervenções não farmacológicas, como exercícios físicos estruturados, têm ganhado destaque no manejo sintomático. **OBJETIVO:** Sintetizar as evidências científicas sobre os efeitos de programas de exercícios físicos estruturados na funcionalidade e na gravidade dos sintomas motores, avaliados pela escala SARA (*Scale for the Assessment and Rating of Ataxia*), em pacientes com SCA. **METODOLOGIA:** Realizou-se revisão narrativa da literatura com busca em PubMed, Scopus e Cochrane Library até agosto de 2024, utilizando os descritores “spinocerebellar ataxia” AND “exercise”. Incluíram-se ensaios clínicos randomizados, revisões sistemáticas e meta-análises relevantes para o tema. **RESULTADOS:** Programas estruturados de exercícios demonstraram benefícios consistentes. Em SCA2, 24 semanas de treino intensivo reduziram significativamente a pontuação na SARA. Em SCA7, treino moderado a intensivo também promoveu redução significativa ($p < 0,05$) e melhora funcional. O Cerebellar Ataxia Rehabilitation Trial registrou queda média de 2,1 pontos na SARA ($p < 0,001$) após quatro semanas de reabilitação intensiva, com manutenção parcial dos ganhos em 12 semanas. Meta-análises confirmaram efeito positivo moderado, com WMD = $-1,41$ (IC95%: $-2,19$ a $-0,63$) e MD = $-0,14$ (IC95%: $-0,21$ a $-0,08$; $p < 0,0001$). **DISCUSSÃO:** Os achados reforçam que exercícios físicos estruturados, especialmente protocolos intensivos e multimodais, conferem benefícios mensuráveis na função motora e na gravidade da ataxia, com reduções clinicamente

relevantes na SARA. Entretanto, amostras pequenas, heterogeneidade metodológica e *follow-up* curto limitam a generalização dos resultados e indicam a necessidade de estudos mais robustos. CONCLUSÕES: Exercícios físicos estruturados configuram-se como intervenção promissora no manejo sintomático das SCAs, oferecendo melhora funcional e redução de sintomas. Pesquisas futuras, com maior rigor metodológico e acompanhamento prolongado, são necessárias para padronizar protocolos e avaliar seu impacto na progressão da doença. PALAVRAS-CHAVE: Ataxia espinocerebelar; Exercício físico; Reabilitação; SARA.