

RESUMO - EXERCÍCIO NA SAÚDE E EM POPULAÇÕES CLÍNICAS OU COM
NECESSIDADES ESPECIAIS

**MODELO PEDAGÓGICO DE ENSINO-APRENDIZAGEM DE YOGA PARA
PESSOAS COM DOENÇA DE PARKINSON: SÉRIE DE CASOS**

João Veloso (joahveloso@gmail.com)

Thaís Soares Corrêa (thais285soares@gmail.com)

Felipe Almeida De Mendonca Kusel (kusefelipe@gmail.com)

Introdução: A doença de Parkinson (DP) é uma doença neurodegenerativa com sintomas motores e não-motores. Entre os sintomas motores destacam-se rigidez, bradicinesia, congelamento de marcha, e, dentre os não-motores, ansiedade, distúrbios do sono, dificuldade de atenção, entre outros. A prática de Yoga vem sendo observada na literatura como potencial ferramenta para melhora de características motoras e emocionais por meio de técnicas de respiração (pranayamas), meditação e prática de posturas (āsanas). Estudos mostram diferentes modelos de prática de Yoga aplicados para população com DP e a relação destas com a melhora dos sintomas. Contudo, poucos estudos debruçam metodologias práticas de pedagogia desta modalidade para pessoas com DP considerando suas demandas de adaptação. No âmbito da aprendizagem motora, diversos autores se debruçaram sobre a produção de modelos de aprendizagem que descrevam o processo cognitivo-motor de aprendizagem de uma nova tarefa em práticas corporais. Este projeto tem como objetivo relatar período de atendimento de pessoas com DP que vivenciaram prática de Yoga baseada no modelo ensino-aprendizagem da modalidade elaborado para esta população. Métodos: Foi elaborado modelo

ensino-aprendizagem de Yoga adaptado para pessoas com DP com base em modelos já vistos na literatura da área. Aplicou-se o modelo em 12 sessões de práticas de Yoga de 60 minutos de duração e frequência semanal em grupo de 6 pacientes com DP. Após as sessões, aplicou-se questionário para análise da percepção e entendimento dos pacientes sobre o modelo ensino-aprendizagem. Resultados: Encontrou-se que o modelo ensino-aprendizagem elaborado para prática de Yoga em pessoas com DP foi capaz de gerar entendimento sobre os fundamentos da prática e despertar interesse de continuidade da prática após intervenção. Conclusão: A elaboração de um modelo ensino-aprendizagem de Yoga pareceu possibilitar o entendimento e interesse em relação à prática de forma que as características do indivíduo com DP sejam consideradas.

Palavras-chave: parkinson; doença de parkinson; yoga; hatha-yoga; ensino-aprendizagem.