

RESUMO - CIÊNCIAS DA SAÚDE

**EFEITOS DO TREINAMENTO RESISTIDO NA REABILITAÇÃO DO
EQUILÍBRIO EM PACIENTES COM DOENÇA DE PARKINSON**

Gabriel Muller Pereira (gabriel.pereira9727@soufcb.com.br)

Thiago Schroeder Mottas (thiagohandcolatina@gmail.com)

Ana Paula Da Silva (apdsilva9@gmail.com)

EFEITOS DO TREINAMENTO RESISTIDO NA REABILITAÇÃO DO
EQUILÍBRIO

EM PACIENTES COM DOENÇA DE PARKINSON

Aluno: Gabriel Muller Pereira

Professor: Msc Thiago Schroeder Mottas

Msc Ana Paula da Silva Florentino

Centro Universitário Castelo Branco/ Educação Física/ Colatina- ES

gabriel.pereira9727@soufcb.com.br

INTRODUÇÃO:

A Doença de Parkinson (DP) é uma condição degenerativa e progressiva do sistema nervoso

central, comum em idosos. Caracteriza-se por perda de dopamina e sintomas motores, como

tremores, rigidez, lentidão e distúrbios de equilíbrio. O Treinamento Resistido (TR) surge

como estratégia eficaz na reabilitação, promovendo força muscular, controle postural e

independência funcional.

METODOLOGIA:

Revisão sistemática com buscas nas bases Medline/Bireme, Google Acadêmico, SciELO e

Portal CAPES. Foram incluídos estudos publicados entre 1970 e 2018, nos idiomas

português e inglês, que avaliaram pacientes com DP submetidos ao Treinamento Resistido.

Após análise de 93 estudos, 36 atenderam aos critérios de elegibilidade.

RESULTADOS:

O Treinamento Resistido demonstrou melhorar equilíbrio dinâmico e estático, força

muscular, controle postural e marcha. Houve redução nas quedas e na instabilidade

postural, além de aumento da autonomia, qualidade de vida e interação social. Treinos com

cargas moderadas (60–80% de 1RM), supervisionados, mostraram-se eficazes na

reabilitação neuromotora dos pacientes.

CONCLUSÃO:

O Treinamento Resistido é eficaz na reabilitação de pacientes com Doença de Parkinson,

promovendo melhorias no equilíbrio e qualidade de vida. Sua prática regular pode retardar

a progressão da doença e deve ser considerada parte do tratamento multidisciplinar.

PALAVRAS-CHAVE:

Doença de Parkinson; treinamento resistido; equilíbrio; reabilitação

Palavras-chave: doença de parkinson; treinamento resistido; equilíbrio; reabilitação.