

RESUMO - AVALIAÇÃO E INTERVENÇÃO TERAPÊUTICA NOS SISTEMAS
NEUROMUSCULAR

**TREINAMENTO RESISTIDO MODERADO MELHORA A CAPACIDADE
FÍSICA E FUNCIONAL DE INDIVÍDUOS COM DOENÇA DE PARKINSON**

Milena Vasconcelos Medeiros (millevascomed@gmail.com)

Wanessa S (wanessachristina.coelho@gmail.com)

Rodrigo Reymond De Melo E Silva (rdrgreymond@gmail.com)

Pâmela Oliveira-Da-Silva (Prof.pamsilva@gmail.com)

Leon Claudio Pinheiro Leal (lealleon22@gmail.com)

Erik Artur Cortinhas Alves (erik.alves@uepa.br)

Introdução: A Doença de Parkinson (DP) é uma afecção neurodegenerativa com os seguintes sintomas: bradicinesia, tremor em repouso, instabilidade postural, rigidez muscular e articular, fraqueza, baixa potência muscular e fadiga. Os pacientes com DP que realizam treinamento resistido (TR) demonstraram melhoria na massa e função muscular. Objetivo: Avaliar os efeitos do treinamento resistido progressivo na capacidade física e funcional de pacientes com DP. Métodos: Foram selecionados 26 indivíduos adultos com diagnóstico de DP. Eles foram submetidos TR por 6 meses (2x/semana), com duração de 45

minutos por sessão. As sessões consistiram de duas séries de oito a 12 repetições com os seguintes exercícios: supino (máquina), levantamento terra (barra), remada unilateral (máquina), elevação de panturrilha em pé (máquina) e abdominal infra. A intensidade foi mantida entre pontuação 5-7 (moderado) na escala OMNI-RES e o intervalo entre as séries e os exercícios foi 2-3 minuto. Foram avaliados os testes de dinamometria, banco de Wells, resistência aeróbia e equilíbrio. O efeito da intervenção foi avaliado utilizando teste t para amostras emparelhadas. Comitê de ética CAAE: 43624015.6.0000.5173. Resultados: Houve melhora significativa nos testes de força (antes: $25\text{kg}\pm 6,97$ depois: $28\text{kg}\pm 6,28$, $p=0,044$), flexibilidade (antes: $20\pm 5,2$ depois: $23\pm 5,65$, $p=0,013$), Resistência aeróbia (antes: $74,7\pm 16$ depois: $91,8\pm 21,37$, $p<0,0001$). Não houve melhora significativa no equilíbrio (antes: $23,7\pm 3,9$ depois: $24,8\pm 3,48$, $p=0,201$). Discussão: O TR induz adaptações neuromusculares e metabólicas capazes de mitigar a fraqueza muscular e a fadiga, sintomas comuns na DP, impactando diretamente a capacidade funcional e facilitando a execução de atividades diárias. A melhora na resistência aeróbia sugere um efeito positivo do protocolo sobre a capacidade cardiorrespiratória, um aspecto crucial para a manutenção da independência funcional. Conclusão: Os resultados do presente estudo indicam que o treinamento resistido progressivo melhora a capacidade funcional e física de pacientes portadores da DP.

Palavras-chave: doença de parkinson; treinamento de força; reabilitação neurológica.