

EFEITOS DE LONGO PRAZO DE EXERCÍCIOS FÍSICOS NA ATIVIDADE E PARTICIPAÇÃO DE INDIVÍDUOS PÓS-AVC

Mazzini, N.A., Almeida, M.G.R., Freitas, T.B., Bonuzzi, G.M.G., Palma, G.C.S.,
Torriani-Pasin, C.

Escola de Educação Física e Esporte – USP, São Paulo-SP, Brasil.

Laboratório de Comportamento Motor – LACOM

Grupo de Estudos e Pesquisa em Comportamento Motor aplicado à Neuroreabilitação -
GEPENEURO

Introdução: “Atividade e Participação” são componentes fundamentais da Classificação Internacional de Funcionalidade (CIF), sendo que muitos estudos que investigam os efeitos de exercícios físicos se atêm somente para efeitos nas “Estruturas e funções do corpo” nessa população. No entanto, há uma lacuna na literatura no que diz respeito a este efeito a longo prazo na “Atividade e Participação”, em especial na qualidade de vida (QV). **Objetivo:** Investigar os efeitos do treinamento de longo prazo na participação social, analisando-se, adicionalmente, os efeitos sobre o equilíbrio e marcha. **Método:** Foram incluídos 27 sujeitos pós-AVC crônicos [55,56±15,14 anos; Fulg-Meyer: 163,44±36,72; MEEM: 26,08 ±3,20; Orpington: 2,85±0,84; 15 com lesão à esquerda, 12 à direita; sendo 16 com AVC isquêmico e 11 hemorrágicos]. A intervenção foi baseada em exercícios físicos, composta por sessões de 60 min, 2x por semana, por 6 meses. A mesma objetivou: treino da capacidade aeróbia, fortalecimento muscular, equilíbrio, cognição e coordenação motora. Como medida de desfecho primário selecionou-se a escala de Impacto do AVC (SIS); e secundário, Escala de Equilíbrio de Berg (EEB), *Time Up and Go* (TUG), Caminhada de 10 metros (C10m) e Caminhada de 6 minutos (C6min). Análise descritiva e inferencial foram realizadas com ANOVA one-way entre avaliação inicial (pré-teste), 6 meses (pós-teste) e follow up (FU) ($\alpha \leq 0.05$). **Resultados:** Não foram encontrados efeitos estatisticamente significantes para nenhuma das variáveis analisadas. No entanto, quando adotamos valores correspondentes ao *Minimally Clinically Important Difference* (MCID) para os três momentos avaliados da SIS, encontramos diferenças maiores do que MCID entre pré-teste e pós-teste no domínio “força” (MCID=9,2) e entre pré-teste e pós-teste, assim como, pré-teste e FU no domínio “atividades da vida diária” (MCID=5,9). **Considerações finais:** A intervenção proposta não trouxe benefícios na melhora da QV dos indivíduos. No entanto, houve melhora clinicamente com relação força e a execução das atividades de vida diária.

Palavras-chave: AVC; exercícios físicos; CIF; participação social, atividade.