



A FISIOTERAPIA EM PARKINSONIANOS E A PROMOÇÃO DE QUALIDADE DE VIDA

¹Matheus Mendes dos Santos

²Gabriela Meira de Moura Rodrigues

^{1,2}Unidesc, Luziânia, Brasil

¹matheusmendesfisio@gmail.com

²gabriela.moura@unidesc.edu.br

Resumo

Introdução: A doença de Parkinson está relacionada ao sistema nervoso humano e é decorrente da morte de neurônios. Devido a isso, o parkinsoniano desenvolve alguns sintomas conhecidos e já relacionados à doença, como tremores, distúrbios motores, perda de equilíbrio e lentidão ao realizar alguns movimentos básicos. Com isso, inicia-se o processo de percepção da necessidade do fisioterapeuta em prol da melhora do acometido pela doença. **Objetivos:** apresentar a necessidade do fisioterapeuta na doença de Parkinson, analisar riscos que tal doença traz à vida do paciente visando como a fisioterapia pode abordar tais ocorrências, além de evidenciar alguns métodos fisioterápicos que possam desenvolver uma melhora nos casos desses pacientes. **Metodologia:** Este artigo foi elaborado a partir de uma revisão de literatura por meio de pesquisas e análises textuais interpretativos nas bases de dados bibliográficos como documentos e artigos científicos relacionados ao tema. Foram usados como palavras-chave o Parkinson e fisioterapia, tratamentos, equilíbrio e distúrbios motores. Objetivando a necessidade da inclusão da fisioterapia em pacientes parkinsonianos e elucidar meios de como o fisioterapeuta pode abordar tais casos. As publicações dos artigos utilizados datam entre 2005 e 2018. **Conclusão:** O fisioterapeuta desenvolve um papel de reabilitador, promovendo no paciente uma melhora devido a implementação de práticas conhecidas, assim, com a reabilitação de tal, pode-se evitar alguns riscos, como a queda que frequentemente é relatada em casos de Parkinson, principalmente em idosos. Cinesioterapia, hidroterapia e terapia respiratória são algumas práticas recomendadas a esses indivíduos.



Palavras-chave: Parkinson e fisioterapia; tratamentos; equilíbrio; distúrbios motores.

Abstract

Introduction: Parkinson's disease is related to the human nervous system and is due to the death of neurons. Because of this, parkinsonian develops some known symptoms and already related to the disease, such as tremors, motor disorders, loss of balance and slowness when performing some basic movements. With this, the process of perceiving the need for physiotherapists in order to improve the person affected by the disease begins. **Objectives:** to present the need of the physiotherapist in Parkinson's disease, to analyze risks that such disease brings to the patient's life aiming at how physiotherapy can address such occurrences, in addition to showing some physiotherapeutic methods that can develop an improvement in the cases of these patients.

Methodology: This article was prepared based on a literature review through research and interpretative textual analysis in the bibliographic databases as documents and scientific articles related to the theme. Parkinson and physiotherapy, treatments, balance and motor disorders were used as keywords. Aiming at the need to include physiotherapy in parkinsonian patients and elucidate ways in which the physiotherapist can approach such cases. The publications of the articles used date between 2005 and 2018. **Conclusion:** The physiotherapist develops a role of rehabilitator, promoting an improvement in the patient due to the implementation of known practices, thus, with the rehabilitation of such, one can avoid some risks, such as the fall that is often reported in Parkinson's cases, especially in the elderly. Kinesiology, hydrotherapy and respiratory therapy are some recommended practices for these individuals.

Keywords: Parkinson and physiotherapy; treatments; balance; motor disorders.

Introdução

A doença de Parkinson está ligada ao sistema nervoso humano, e é o resultado da morte de neurônios, que geram em pacientes algumas disfuncionalidades motoras, como perda de



equilíbrio, tremores (principalmente nas mãos), rigidez muscular e diminuição na velocidade de execução de alguns movimentos [1,2].

Dessa forma, visa-se a necessidade de um fisioterapeuta acompanhando casos desses tipos, a fim de trazer conforto e melhora ao paciente. Há algumas manobras e práticas que o profissional pode executar para que o tratamento fisioterápico alcance seu objetivo, que é justamente a melhora postural, recuperação de movimentos e fortalecimento de musculaturas debilitadas devido ao desuso ou mau uso. Com isso é possível que a vida cotidiana de tal pessoa seja levada de forma mais tranquila e com menos medos.

Quando a doença é relacionada ao fator idade, nota-se que há em comum muitos relatos de quedas, então, além de melhoras físicas, o fisioterapeuta também busca uma redução nesses casos, usando por exemplo tratamentos fisioterápicos em solo, onde o intuito é justamente o fortalecimento e recuperação de equilíbrio a fim de diminuição de quedas [3].

O objetivo do artigo é apresentar a necessidade do fisioterapeuta na doença de Parkinson, analisar riscos que tal doença traz à vida do paciente visando como a fisioterapia pode abordar tais ocorrências, além de evidenciar alguns métodos fisioterápicos que possam desenvolver uma melhora nos casos de parkinsonianos.

Por tanto, o artigo justifica-se na necessidade em que há de mostrar como é preciso que o fisioterapeuta ande rente ao paciente com a doença de Parkinson. Além de relatar práticas e exercícios que podem auxiliar fisioterapeutas quando o assunto é a reabilitação no Parkinson a fim de uma boa qualidade de vida da pessoa acometida.

Metodologia

Este artigo foi elaborado a partir de uma revisão de literatura por meio de pesquisas e análises textuais interpretativos nas bases de dados bibliográficos como documentos e artigos científicos relacionados ao tema. Foram usados como palavras-chave, Parkinson e fisioterapia, tratamentos, equilíbrio e distúrbios motores. Objetivando a necessidade da inclusão da fisioterapia em pacientes parkinsonianos e elucidar meios de como o fisioterapeuta pode abordar tais casos.



As publicações dos artigos utilizados datam entre 2005 e 2018. As principais bases de dados utilizado para a pesquisa foram google acadêmico e *scielo*. Os critérios de exclusão foram artigos publicados antes do ano de 2005 e que não apresentasse ao longo do texto os objetivos específicos da pesquisa.

Parkinson e fisioterapia

A priori se faz necessário possuir compreensão do que é a doença de Parkinson (DP), então em breve resumo, é uma patologia inteiramente ligada ao sistema nervoso central humano, em que se apresenta em pacientes de forma crônica e ainda gradual, sendo essa doença resultado da morte dos neurônios que são responsáveis pela produção de dopamina da substância negra, que é uma porção do mesencéfalo [1].

O principal indício da presença da doença é a incapacidade motora gerada sobre o corpo, ocasionando assim os principais sintomas do DP que são tremores pelo corpo, principalmente nas mãos, músculos começam a ficar mais rígidos e movimentos simples possuindo um grau a mais de dificuldade ao ser executado além da perda de postura, que acaba gerando dores e desconforto ao indivíduo [2].

Partindo desse ponto, visa a necessidade da existência de tratamentos e maneiras que colaborem para a diminuição e retardamento desses sintomas. Sendo assim, uso de remédios tem sua importância, contudo, além desta, se faz necessário a fisioterapia na reabilitação do paciente com DP, logo que esta inclui terapias diversas em prol da pessoa, como manobras e exercícios, com um dos intuitos de manter os músculos ativos e preservar o movimento da pessoa [4,5].

Vale ainda mensurar que em casos de DP é muito evidenciado casos de quedas em decorrência dos sintomas da doença. Sendo assim, tratamentos fisioterápicos em solo são um fator positivo, tendo o foco na melhoria do equilíbrio e postura, promovendo resultados excelentes no desenvolvimento motor do paciente [3].

O acidente doméstico é um dos maiores medos de pessoas que cuidam dos parkinsonianos, pois devido aos distúrbios motores, estes tendem a sofrer mais quedas, por exemplo. Principalmente por ser uma doença que afeta e é presenciada mais em idosos, deve-se ter uma



atenção mais amplificada, pois estes normalmente tendem a ter tais distúrbios motores de forma mais acentuada [6].

Estudos apontam que o que diz respeito a cognição, como memória, linguagem, percepção nada está relacionado com riscos de queda elevado. Contudo a idade de uma pessoa revela está ligada ao fator “cognição”, e o grau de evolução da doença colaboraram para que ocorresse casos de quedas em parkinsonianos. Ou seja, quanto mais idoso o indivíduo, mais riscos de quedas estão expostos, além de outras ameaças relacionadas a queda e ao corpo idoso.[7]

São diversas as possibilidades de exercícios e tratamentos que a fisioterapia pode proporcionar, como uso de esteiras, treinando o equilíbrio e realização de atividades e exercícios que auxiliem na ativação muscular. Tendo em vista que, todos estes tem por intuito colaborar no melhor funcionamento muscular e preservar movimentos que muitas vezes são limitados, sendo um exemplo, o sentar e levantar. Além de que esses exercícios também trabalham para que haja a redução das quedas e aumento na realização de movimentos [3].

Como supracitado, há vários meios e atividades fisioterápicas que colaboraram para que o paciente com DP tenha uma melhora em sua vida, já que estes desempenham função importante na diminuição dos sintomas e limitações. E nessa busca pela redução da disfunção física da pessoa, nota-se a necessidade do alongamento, pois é primordial para que não deteriore seu corpo físico devido ao desuso e uso incorreto da musculatura, com isso permitindo-lhes ainda uma melhora na vida corriqueira [4].

Tratamentos fisioterápicos

Hidroterapia

Entre alguns métodos eficientes dentro da fisioterapia para a melhora do quadro da DP, vale citar a hidroterapia, sendo um método que mostra bons resultados, pois apresenta progressão positiva no quadro de reabilitação de pessoas com a DP, sendo que o meio aquático corrobora no tratamento, havendo melhora motora [8].



Essa forma de tratamento é implementada como forma de auxílio na diminuição dos sintomas que a doença apresenta. Tem o objetivo de realizar efeitos físicos, fisiológicos e cinesiológicos devido à submersão do indivíduo em piscina aquecida. Tem propósito de diminuir aparições de atrofia e rigidez musculares, além de evitar fraqueza muscular, preservar e ou aumentar o movimento saudável do corpo, realizando a recuperação da coordenação motora e sistema respiratório em melhor funcionamento [9].

A hidroterapia colabora para a reabilitação pois os movimentos aplicados dentro da água causam menos estresses articulares e promovem uma leveza maior em relação à mobilidade, causando um aperfeiçoamento na amplitude dos movimentos, além de beneficiar a circulação do paciente e provocar uma evolução no grau de força muscular, mesmo que este seja mínimo. Lembrando que são várias as técnicas que podem ser realizadas durante essa terapia [10].

Ressaltando que essa prática desempenha um papel importante na recuperação ou ganho da força muscular da pessoa, já que a água realiza resistência sobre um corpo em todas as direções. E, quanto mais o indivíduo ganha força muscular, mais resistência a água terá sobre a movimentação, o que gera um maior esforço e conseqüentemente ganho de força muscular, ocasionando a boa recuperação muscular do parkinsoniano [10].

Cinesioterapia

A cinesioterapia, é um recurso terapêutico que usa do movimento corpóreo para o próprio benefício, podendo usar vários instrumentos para potencializar essa prática, como o uso de bolas. Diante disso, a implementação desse método no paciente com a DP visa a melhoria e a conservação dos seus movimentos, gerando uma melhor qualidade de vida corriqueira [11].

Para uma melhora mais adequada, é preciso que o paciente seja analisado de forma individual, porque cada corpo possui suas limitações e restrições, então a aplicação dos exercícios dependerá de como a pessoa se apresenta para o fisioterapeuta, analisando principalmente seu corpo físico. Coordenação motora, força muscular, equilíbrio e flexibilidade são alguns pontos analisados em uma avaliação [12].

Fisioterapia respiratória



Os exercícios respiratórios desempenham um papel de grande importância em parkinsonianos, já que esses desenvolvem ou apresentam algumas limitações respiratórias devido a alterações na postura por decorrência da DP, e essas limitações podem causar distúrbios e logicamente atrapalhar a vida cotidiana. Pois, ao não realizar corretamente o movimento de expansão e relaxamento dos músculos que compreendem a respiração, tais são afetados, causando um mau desempenho em respirações futuras e fadigas ao realizar pequenos esforços [12].

Movimentos limitados ao respirar, principalmente no momento de expansão torácica, acabam afetando a amplitude em que o tórax se expande, que acabam por interferir na respiração fisiológica. Então, na DP é típico haver uma resistência nessa movimentação normal do tórax, ocasionados tanto por motivos posturais quanto por rigidez na musculatura. Devido isso é visível a necessidade de práticas fisioterápicas respiratórias, contribuindo nessa movimentação mais livre e logicamente para a melhor qualidade de vida [13].

Dessa forma, a fisioterapia respiratória trabalha nesses pacientes melhorando e prevenindo complicações respiratórias que podem acomete-los. Então, pessoas que se submetem a esse tratamento conseguem uma melhor qualidade de vida e além disso previnem as disfunções musculares que os distúrbios musculares podem causar. E alguns dos exercícios propostos são: respiração costal, respiração diafragmática, alongamento de intercostais externos entre alguns outros [14].

Conclusão

O fisioterapeuta, diante de casos de pacientes com a doença de DP, desenvolve um papel de reabilitador, promovendo o retardamento da evolução da doença, trazendo de volta ao indivíduo a melhora em seus movimentos, além de possibilitar que os mesmos possam ter uma vida mais saudável e livre de riscos que normalmente os norteiam, com intuito principal na preservação do corpo físico do parkinsoniano.

Frequentemente a queda é relatada em casos clínicos devido a DP, gerada principalmente por distúrbios motores. E a fim de reduzir esses casos, é evidenciado que vem surgindo técnicas que estão colaborando para que o fisioterapeuta consiga ter uma melhor eficiência diante do



tratamento da doença, não somente na diminuição de quedas, mas também para a diminuição de outros sintomas e distúrbios que geralmente cercam o indivíduo.

Há alguns tratamentos que são normalmente indicados, como a hidroterapia, cinesioterapia e fisioterapia respiratória. Sendo essas necessárias para a melhora do quadro do paciente, já que atuam na preservação e fortalecimento de músculos que estão ligados ao equilíbrio e outros correlacionados à respiração, evitando vários problemas interligados a estes. Sendo assim, é recomendado também que essas áreas da fisioterapia trabalhem em harmonia para promoção da qualidade de vida do indivíduo que está acometido pelo Parkinson.

Referências

- [1] Souza CFM., Almeida HCP, Sousa JB, Costa PH, Silveira YSS, Bezerra JCL. A doença de parkinson e o processo de envelhecimento motor. *Revista Neurociências*. 2011; 19(4): 718-723.
- [2] Gonçalves LHT, Alvarez AM, Arruda MC. Pacientes portadores da doença de Parkinson: significado de suas vivências. *Acta Paulista de Enfermagem*. 2007; 20(1): 62-68.
- [3] Ike D. Análise da incidência de quedas e a influência da fisioterapia no equilíbrio e na instabilidade postural de pacientes com doença de parkinson. *Fisioterapia Brasil*. 2017 9(1), 4-8.
- [4] Santos DVV, Leite MAA, Silveira R, Antonioli R., Nascimento OJ, Freitas MR. Fisioterapia na doença de parkinson: uma breve revisão. *Ver. Bras neurol*. 2010; 46(2): 17-25.
- [5] Haase DCBV, Machado, DC, Oliveira DJGD. Atuação da fisioterapia no paciente com doença de parkinson. *Fisioterapia em Movimento*. 2017; 21(1).
- [6] Fernandes CSP, Linhares IA, Dias DEM, Ramos WTS, Nogueira MF. Desafios vivenciados por cuidadores de idosos com doença de Parkinson: uma revisão integrativa.
- [7] Aragão FA. Influências do envelhecimento, do tempo de evolução da doença e do estado cognitivo sobre os episódios de quedas, em uma população parkinsoniana. *Fisioterapia Brasil*. 2018; 6(4): 250-254.



- [8] Vasconcelos KC, et al. Percepção da qualidade de vida na doença de Parkinson após fisioterapia aquática. *Saúde em Revista*. 2015; 15(39): 17-23.
- [9] De Melo WEM, De Sousa MC, Rodrigues AP. Fisioterapia aquática como coadjuvante no tratamento de idosos com doença de parkinson. *Educação e Saúde: fundamentos e desafios*. 2018; 1(2): 96-105.
- [10] Lobato LD, Dias JM. A eficácia da terapia aquática em paciente com doença de parkinson. *Revista Eletrônica Estácio Saúde*. 2015; 4(2): 117-124.
- [11] De Freitas FRL. Cinesioterapia no tratamento das disfunções decorrentes da Doença de Parkinson. *Neurofuncional, Fisioterapia*. 2015; 1-10.
- [12] Pereira JS. A intervenção fisioterapêutica na doença de Parkinson. *Fisioterapia Brasil*. 2009; 5(1): 61-65.
- [13] Cardoso SR. Análise funcional da complacência torácica na doença de Parkinson. *Fisioterapia Brasil*. 2016; 2(1): 41-48.
- [14] Alves LA, Coelho AC, Brunetto AF. Fisioterapia respiratória na doença de parkinson idiopática: relato de caso. *Fisioterapia e Pesquisa*. 2005; 12(3): 46-49.