

Fisioterapia no tratamento do Parkinson

Dificuldades físicas para realizar tarefas do dia a dia podem ser sinal da doença. Fique atento!

CONTEÚDO HOMOLOGADO  **BAHIANA**
ESCOLA DE MEDICINA E SAÚDE PÚBLICA

O iSaúde Bahia conversou com a fisioterapeuta Mayra Castro de Matos Souza sobre a atuação da [fisioterapia](#) na promoção da qualidade de vida de pessoas com doença de [Parkinson](#). Entre os principais objetivos do tratamento está a manutenção da independência e autonomia do paciente. Mas os esforços também podem retardar o aparecimento de novos sintomas. Saiba mais.



iSaúde Bahia - Quais os efeitos do Parkinson no sistema motor do paciente? Inicialmente, quais são as principais tarefas do dia a dia que se tornam custosas de serem executadas?

Mayra Castro de Matos Souza - A doença de Parkinson (DP) é uma doença degenerativa, crônica e progressiva que provoca principalmente sintomas motores que se manifestam por tremor, rigidez muscular, diminuição da velocidade dos movimentos e distúrbios do equilíbrio e da marcha. Inicialmente, os primeiros sinais e sintomas da DP são sutis com progressão mais lenta e, em geral, o próprio paciente ou seus familiares não conseguem identificar as primeiras manifestações. O primeiro sintoma é caracterizado por uma sensação de cansaço ou mal-estar no fim do dia. A caligrafia pode reduzir de tamanho e ficar menos legível, a fala mais monótona e menos articulada. O indivíduo pode ter lapsos de memória, dificuldade de concentração, sentir-se deprimido e dores musculares também são comuns nessa fase. Um braço ou uma perna movimenta-se menos do que o outro lado, a expressão facial perde a espontaneidade (aspecto de máscara), diminui a frequência do piscar de olhos, os movimentos tornam-se mais vagarosos, a pessoa permanece por mais tempo em determinada posição e parece um tanto rígida.

iSB - Essas tarefas podem ser consideradas sinais da presença do Parkinson?

Mayra Castro de Matos Souza - Os sinais da doença de Parkinson variam de pessoa para pessoa, mas seu início pode ser observado justamente frente às dificuldades da execução de tarefas habituais, como a lentificação dos movimentos (bradicinesia), rigidez das articulações, refletindo na dificuldade de virar-se na cama, por exemplo, alterações na marcha, devido à instabilidade postural e à presença do tremor de repouso, a princípio, em um membro.

iSB - Quais os principais objetivos do tratamento fisioterapêutico no paciente com Parkinson?

Mayra Castro de Matos Souza - As medidas terapêuticas visam possibilitar a esses pacientes a manutenção da independência para realização das suas atividades cotidianas, melhorando a qualidade de vida e a participação social.



iSB - A fisioterapia pode tornar a evolução do quadro mais lenta ou até mesmo melhorar a condição do paciente com relação à sua qualidade de vida e realização das atividades diárias?

Mayra Castro de Matos Souza - Os exercícios fisioterapêuticos não impedem a progressão da doença, mas preservam um estado de funcionamento muscular e osteoarticular conveniente, otimizando a mobilidade funcional, prevenindo contraturas, o risco de queda e a instalação mais rápida da demência. Além disso, o bom impacto dos exercícios sobre a disposição e o humor são pontos favoráveis da fisioterapia. Como essa doença é progressiva, as intervenções de exercícios não devem ser em curto prazo, mas se tornar parte do estilo de vida diário.

iSB - Quais são as técnicas mais abordadas no tratamento e por quê? (Alongamento, fortalecimento muscular etc.) A fisioterapia só pode ser realizada no hospital? Há como fazer os exercícios em casa?

Mayra Castro de Matos Souza - Um programa de exercícios para o paciente com doença de Parkinson deve basear-se nos padrões de movimentos funcionais que envolvam prontamente diversos segmentos corporais. Devem ser enfatizados movimentos extensores, abdutores e rotatórios, alongamentos ativo-assistidos, atividades que favoreçam o fortalecimento muscular, melhora da postura e do equilíbrio. O tratamento fisioterapêutico deve ser iniciado no período do diagnóstico,

com metas de curto a longo prazo associadas aos sintomas da doença. A fisioterapia pode ser realizada nos âmbitos hospitalar, ambulatorial e domiciliar. No estágio inicial da doença, o paciente deve ser orientado a realizar frequentemente autoalongamentos e caminhadas, nos estágios intermediário e avançado, a família e cuidadores devem ser orientados quanto ao bom posicionamento para impedir o desenvolvimento de complicações e deformidades secundárias e manter, ao máximo, as capacidades funcionais do paciente.

" Com a progressão da doença, a coordenação motora fica comprometida e o paciente diminui o desempenho nas suas atividades diárias, desencadeando uma atrofia muscular e a redução da mobilidade das suas articulações..."

iSB - Em estágios mais avançados quais outras funções orgânicas (motoras) ficam comprometidas?

Mayra Castro de Matos Souza - Com a progressão da doença, a coordenação motora fica comprometida e o paciente diminui o desempenho nas suas atividades diárias, desencadeando uma atrofia muscular e a redução da mobilidade das suas articulações, fatores que geram complicações como úlceras de decúbito e afecções respiratórias. Os distúrbios autonômicos também são observados em estágios mais avançados na doença de Parkinson, a hipotensão ortostática, alteração da termorregulação, caracterizada por ausência de sudorese no tronco e nos membros, hiper-hidrose compensatória na face e baixa eliminação de calor; alterações do trato gastrointestinal, como a disfagia, a constipação intestinal e alterações do trato geniturinário.

iSB - Pacientes com Parkinson também desenvolvem problemas respiratórios. Como a fisioterapia pode auxiliar nesses casos?

Mayra Castro de Matos Souza - A abordagem do fisioterapeuta nas complicações respiratórias da doença de Parkinson favorece desde a ativação correta da musculatura do tronco, melhorando o controle postural e a amplitude torácica, o que otimiza as capacidades e volumes pulmonares, facilitando a depuração de secreção nas vias aéreas e a redução do gasto energético na realização das atividades de vida diária desses pacientes.

Fonte: iSaúde Bahia

<http://www.isaudebahia.com.br/noticias/detalhe/noticia/fisioterapia-no-tratamento-do-parkinson/>