



CONTRIBUIÇÃO DO TREINAMENTO RESISTIDO PARA PESSOAS PÓS-ACIDENTE VASCULAR

Rafael Almeida

Taysa Cristine Da Silva Dias

André Geraldo Brauer Junior (Orientador)

Resumo

Atualmente as principais causas de morte e incapacidade no mundo, são ocasionadas por doenças não transmissíveis, motivadas pelo estilo de vida moderno que inclui hábitos alimentares inadequados, sedentarismo, tabagismo e consumo excessivo de álcool. Segundo dados da Organização Mundial da Saúde (2020), a 2º principal causa de morte e incapacidade no mundo é o Acidente Vascular Cerebral (AVC), que diz respeito à um distúrbio focal ou global da função cerebral, de origem isquêmica (obstrução de uma artéria) ou hemorrágica (ruptura de uma artéria), que provoca alterações cognitivas e sensório-motoras no indivíduo acometido. O AVC é responsável por aproximadamente 11% do total de óbitos no mundo. Levando em consideração o que foi exposto acima, o presente estudo tem como problema: Como o treinamento resistido pode contribuir para a recuperação pós-AVC?. O objetivo geral é analisar como o treinamento resistido pode contribuir para a recuperação de pessoas pós-AVC. Os objetivos específicos são: compreender o que é AVC, quais são as principais causas, grupos populacionais atingidos e limitações motoras principais; Relatar como o treinamento resistido pode ser aplicado para pessoas que tiveram AVC; Coletar dados em artigos científicos sobre treinamento resistido, AVC e reabilitação. Demonstrando aos profissionais de Educação Física e demais áreas da saúde os benefícios do treinamento resistido para a reabilitação, funcionalidade e qualidade de vida pós-AVC. O presente estudo utilizará da abordagem Quali-Quantitativa, que busca combinar as abordagens qualitativa e quantitativa. Será realizada uma revisão sistemática onde a seleção dos artigos científicos será feita na base de dados PubMed, no recorte temporal de 20 anos, publicados na língua inglesa, utilizando os seguintes descritores em ciências da saúde (DECS): Resistance Training, Strength Training, Stroke, Rehabilitation. Para fazer as combinações dos descritores aplicaremos os operadores booleanos OR, NOT e AND, formando as seguintes combinações: ("Stroke"[Mesh])AND"Resistance Training"[Mesh])AND"Rehabilitation"[Mesh];(("ResistanceTraining"[Mesh])AND"Stroke"[Mesh]) AND "Rehabilitation"[Mesh]. Os critérios de inclusão dos artigos serão: Artigos originais a partir dos anos 2000 até 2020; Artigos na língua inglesa; Contemplar o treinamento resistido, não necessitando ter exclusividade; Tempo mínimo de intervenção 4 semanas; Estudos que incluam homens e mulheres a partir de 18 anos. Os critérios de exclusão dos artigos serão: Monografias, dissertações, teses, livros e artigos de revisão bibliográfica e sistemática. A análise acontecerá através de um quadro de revisão que contemplará os seguintes dados: Autor do artigo, título, objetivo, metodologia, resultados, análise e considerações finais. Esse trabalho ainda não possui resultados ou considerações finais, pois está em andamento e será concluído em Dezembro de 2021.

Palavras-chave: Resistance Training; Strength Training, Stroke; Rehabilitation.