



A IMPORTÂNCIA DO EXERCÍCIO FÍSICO NA REABILITAÇÃO PARA IDOSOS COM AVC

Mariana Pires

Taís Glaucete Fernandes de Lima Pastre

Resumo

O Acidente Vascular Cerebral (AVC) é uma das principais causas de incapacidade funcional em idosos, impactando diretamente sua qualidade de vida e autonomia. A problemática que orienta este estudo é: qual é a importância da prática de atividade física na reabilitação de idosos pós-AVC? Este trabalho tem como objetivo principal analisar através dos artigos, como o exercício físico pode contribuir para a reabilitação de idosos que apresentaram um ou mais episódios de AVC. Por meio de uma revisão bibliográfica, serão explanados também os objetivos específicos como investigar as causas, sintomas e efeitos do acidente vascular cerebral (AVC) bem como suas tipologias, pesquisar quais exercícios físicos são indicados para cada debilidade causada pelo AVC em idosos e analisar como a prática contínua de exercício físico pode contribuir no processo de reabilitação física dos pacientes idosos afetados pelo AVC. O presente trabalho justifica-se pela necessidade de ampliar o conhecimento sobre os benefícios da atividade física na reabilitação de idosos acometidos por AVC, visando contribuir para a formação de profissionais da Educação Física capacitados para atuar nesse contexto e para o desenvolvimento de programas de intervenção mais eficazes. A prática regular de exercícios físicos, adaptada às necessidades específicas dessa população, pode auxiliar na recuperação das funções motoras, na melhora do equilíbrio, na prevenção de novas complicações e na promoção do bem-estar geral. Diante da crescente incidência de AVCs em idosos e da demanda por estratégias eficazes de reabilitação, torna-se imprescindível investigar a importância da atividade física nesse processo. Por meio de levantamento de dados busca-se comprovar que a prática regular de exercícios físicos, devidamente orientados, contribui significativamente para a recuperação das funções motoras, equilíbrio, força muscular e capacidade cardiorrespiratória. Além disso, a atividade física promove benefícios cognitivos, emocionais e sociais, reduzindo o risco de recorrência e favorecendo a reintegração social em grande parte dos casos. A coleta de dados vem sendo realizada de forma qualitativa, utilizando os critérios de inclusão: artigos originais, língua portuguesa, publicações nos últimos dez anos, nas bases de dados EBSCO e Pubmed, buscando elucidar estudos que possam resultar possíveis benefícios na reabilitação de episódios de AVC em idosos. Esse trabalho encontra-se na fase de leitura e análise de artigos selecionados e ainda não apresenta conclusões.

Palavras-chave: AVC; idosos; exercício físico; reabilitação.