

TREINAMENTO ESPECÍFICO PARA LOCOMOÇÃO E EQUILÍBRIO ONLINE PARA PESSOAS COM PARKINSON

Coordenador: Flavia Gomes Martinez

A Ação denominada Treinamento Específico para Equilíbrio e Locomoção online para Pessoas com Parkinson (TELE Parkinson) foi idealizada e iniciada no início da pandemia de Covid 19, em 2021, visando garantir a manutenção de atividade física terapêutica para pacientes que participavam de atividades assistenciais presenciais pela nossa Equipe. Trata-se de um projeto assistencial para pessoas com Parkinson, mantidas em isolamento social por conta da Pandemia de Covid 19. Para tanto, foi realizado um programa de treinamento voltado para equilíbrio e locomoção, cognição e qualidade de vida, remotamente, visando dirimir o impacto da imobilidade decorrente do isolamento social, o que impactou negativamente a funcionalidade e qualidade de vida desta população. O projeto foi reeditado em 2022, a pedido dos próprios pacientes. Inicialmente a equipe executora organizou a sistemática de avaliação, via contato telefônico, vídeo-chamadas e uso de plataformas virtuais como Zoom, Google Meet, e outras, para realização de anamnese e check list dos pré-requisitos necessários para participação do projeto (disponibilidade de um acompanhante presente com o paciente no domicílio, possuir 1 banco, 1 cadeira, 1 par de bastões, 1 garrafa Pet e 4 metros livres para treino de locomoção). Os testes avaliativos incluíram escalas de qualidade de vida (PDQ), depressão e ansiedade (Beck), índice de quedas (FES), cognição (MOCA), questionários de freezing, consumo medicamentoso e qualidade do sono. Além disso, testes funcionais como Senta-levanta, Time Up and Go (TUG) e testes de equilíbrio foram realizados e filmados pelos familiares e pacientes, que nos enviaram para análise dos dados, os quais subsidiaram a organização do treinamento, bem como montagem das turmas, totalizando 4 turmas de 2 a 6 alunos cada, com duas aulas por semana, de 50 minutos de duração. Para os testes funcionais, utilizamos filmagem à distância e tecnologia inovadora de inteligência artificial para análise dos dados cinemáticos de equilíbrio e espaço-temporais da marcha. Questionários de satisfação e reavaliações foram feitos após 3 meses de intervenção. O projeto obteve relativo sucesso. Foram avaliados e atendidas 15 pessoas com Parkinson, idosos, moradores de Porto Alegre e outras cidades do RS. Os pacientes apresentaram alta adesão ao programa, apresentando melhora dos sintomas e funcionalidade em sua maioria, mas ocorreram intercorrências de saúde de 3 pacientes, e óbito de 2 pacientes, por comorbidades e Covid 19. Os dados obtidos permitem concluirmos que um programa de treinamento específico para equilíbrio e

locomoção online é factível e efetivo para prevenção de quedas e melhora dos parâmetros de locomoção, equilíbrio e funcionalidade com pacientes idosos, com doença neurodegenerativa, vulneráveis e com risco de quedas, desde que haja a presença de outra pessoa auxiliando o paciente em seu domicílio.