



VI MOSTRA CIENTÍFICA

18 À 21 DE NOVEMBRO

Participação das linhas de Pesquisa Institucionais e das Ligas Acadêmicas.



O EFEITO DO EXERCÍCIO FÍSICO EM PESSOAS COM DIAGNÓSTICO DE DOENÇA FALCIFORME

Samara Santos Rocha
Maiara Jesus de Oliveira Alves
Maurício dos Santos
Steffany Paixão Lima Trindade
Ismailton Santos Castelhana
Lilian Anabel Becerra de Oliveira

INTRODUÇÃO: A Doença Falciforme (DF) é uma condição genética hereditária, mais prevalente em indivíduos afrodescendentes. É caracterizada pela alteração estrutural da hemoglobina, associado a condições de baixas concentrações de oxigênio, decorrente de uma mudança na cadeia beta-globina. Esta alteração resulta na ocorrência de vaso-occlusão e danos aos órgãos, impactando negativamente na qualidade de vida, funcionalidade e capacidade funcional dos afetados.

OBJETIVOS: Investigar os efeitos dos exercícios físicos em indivíduos com DF.

MÉTODO: Foi realizada uma busca metódica de artigos científicos nas bases de dados PubMed, SciELO, Lilacs, Cochrane, efetuada mediante a consulta ao MeSH com os descritores “doença falciforme”, “anemia falciforme”, “exercício”. Excluíram-se estudos que não atendiam aos critérios de inclusão, assim como revisões sistemáticas e meta-análises. A escolha dos artigos foram feitas de maneira independente por dois revisores, sendo eventuais discordâncias resolvidas por consenso. Os dados foram coletados e sumarizados conforme os objetivos da análise.

RESULTADOS: 384 estudos no tema, foram identificados. 7 estudos foram selecionados, baseados na avaliação de 305 pacientes com idades entre 13 e 58 anos. Os estudos revisados destacam a importância da atividade física e de programas de exercícios terapêuticos no manejo da dor, melhora da funcionalidade e qualidade de

VI MOSTRA CIENTÍFICA

18 À 21 DE NOVEMBRO

Participação das linhas de Pesquisa Institucionais e das Ligas Acadêmicas.



vida em pacientes com doença falciforme. A relação entre a atividade física e a dor foi evidenciada, com menor atividade física associada a piores resultados de dor. Exercícios domiciliares demonstraram melhorias significativas na dor lombar, incapacidade relacionada à dor e na força muscular. Além disso, exercícios de relaxamento muscular progressivo e programas de exercícios aeróbicos em casa foram eficazes na redução da dor, melhora da capacidade funcional e função cardiovascular, respectivamente. Exercícios de resistência de intensidade moderada também foram considerados seguros e eficazes. Ainda, o teste de caminhada de seis minutos evidenciou que pacientes com DF têm capacidade funcional inferior ao esperado para a faixa etária. Os estudos ressaltam a importância da adesão ao tratamento e do suporte social e emocional para melhorar a qualidade de vida e reduzir a morbidade associada à DF.

CONCLUSÃO: Esses achados ressaltam a importância da inclusão de programas de exercícios físicos individualizados e supervisionados como parte integrante do tratamento multidisciplinar da DF, visando melhorar a qualidade de vida e redução da morbidade associada a esta condição. No entanto, são necessários mais estudos para estabelecer diretrizes específicas de exercícios para esta população.

Palavras-chaves: Doença falciforme, exercícios, qualidade de vida, dor.
Descritor: sickle cell disease