



ESCOLA SUPERIOR DE
TECNOLOGIA DA SAÚDE
DE LISBOA



APAHE
Associação Portuguesa
de Ataxias Hereditárias

FISIOTERAPIA, APRENDIZAGEM E TREINO: TEOREMA PARA VIVER COM ATAXIA

Beatriz Fernandes

21/09/2013

ESTeSL

SUMÁRIO

- ◉ Caracterização da ataxia
- ◉ Sintomas relacionados com as alterações de movimento
- ◉ Objectivos da Fisioterapia
- ◉ Importância do movimento
- ◉ Conclusão



Ataxia



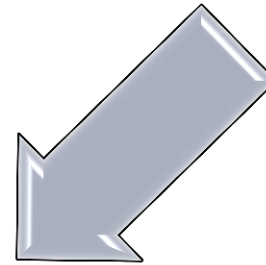
Alterações de performance



Fisioterapia



Praticar a
execução óptima
e efectiva de
actividades
funcionais



Melhorar a
funcionalidade na
vida diária

FISIOTERAPIA

- ◉ Aprendizagem motora
- ◉ Oportunidade para praticar actividade que o indivíduo tem dificuldade em realizar
- ◉ Programa personalizado dirigido para os défices específicos que interferem com o movimento controlado e que impedem o alcance de objectivos motores

Ballet et al, 1987
Cernak et al, 2008

FISIOTERAPIA

- ⦿ Memória declarativa - memória processual que se forma durante o processo de aprendizagem de uma tarefa motora
- ⦿ Factores ambientais - importantes para o sucesso do tratamento

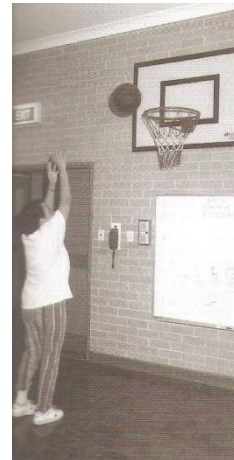
FISIOTERAPIA

- ◉ Melhorar a performance de movimentos funcionais e desenvolver habilidades, especificamente durante acções como levantar, sentar, andar, alcançar e pegar em objectos
- ◉ Procurar estabilidade para permitir a execução das tarefas, de modo a que não seja muito difícil



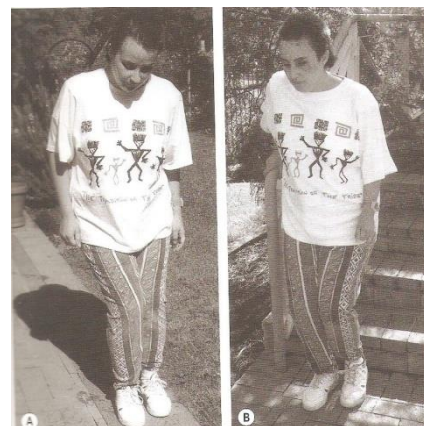
FISIOTERAPIA

- ⦿ Treinar as actividades do dia a dia em pé com uma base de suporte estreita e sem apoio de MS, de forma a promover o controlo de estabilidade
- ⦿ Organizar a prática de tarefas que exijam programação prévia (Ex: bater numa bola com uma raquete)



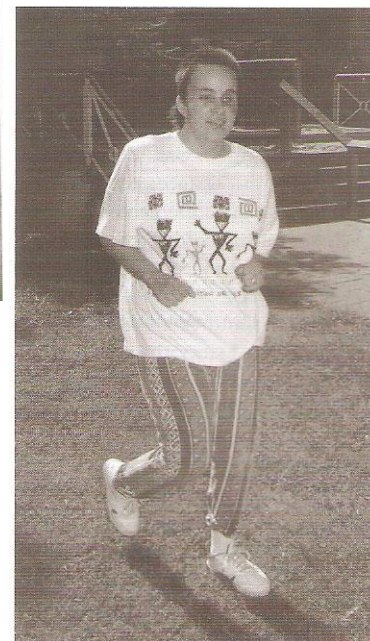
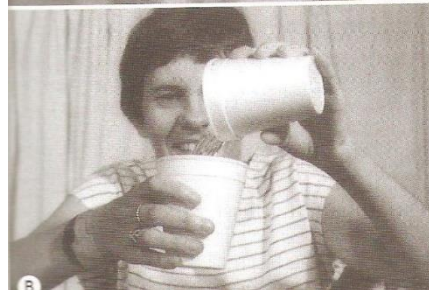
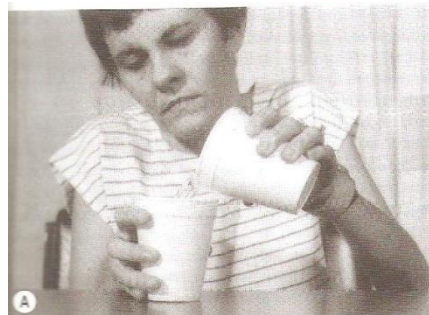
FISIOTERAPIA

- Treinar exercícios de suporte de peso para os MI envolvendo flexão/extensão com os pés fixos. (ex: levantar/sentar, agachamentos, step, elevar os calcanhares. Enfatizar a performance contínua e suave
- Exercícios para MS sentado e em pé envolvendo jogos de preensão, com braços junto ao corpo se o controlo for difícil, aumentando a distância; exercícios de suporte de peso, como empurrar a parede



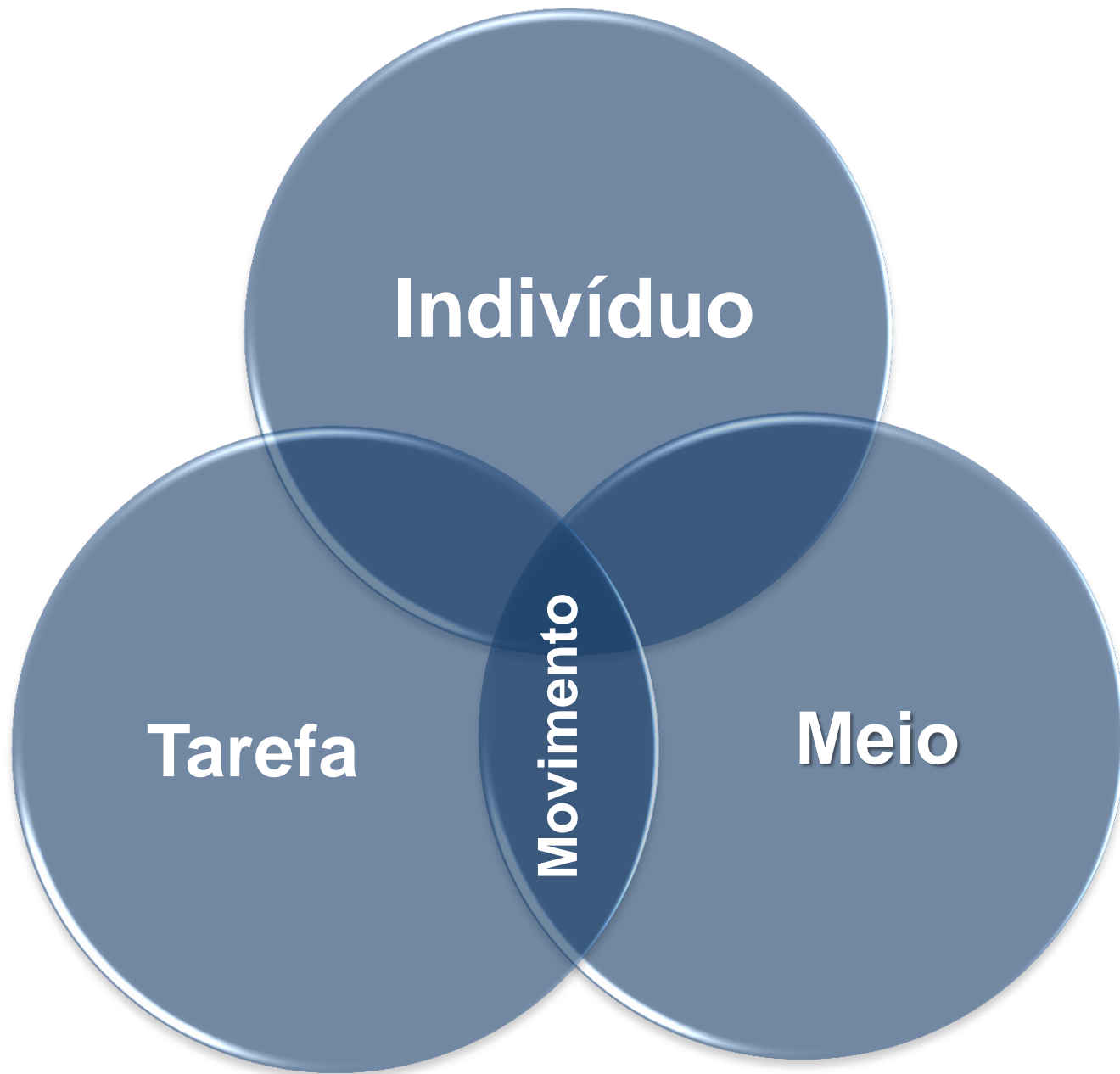
FISIOTERAPIA

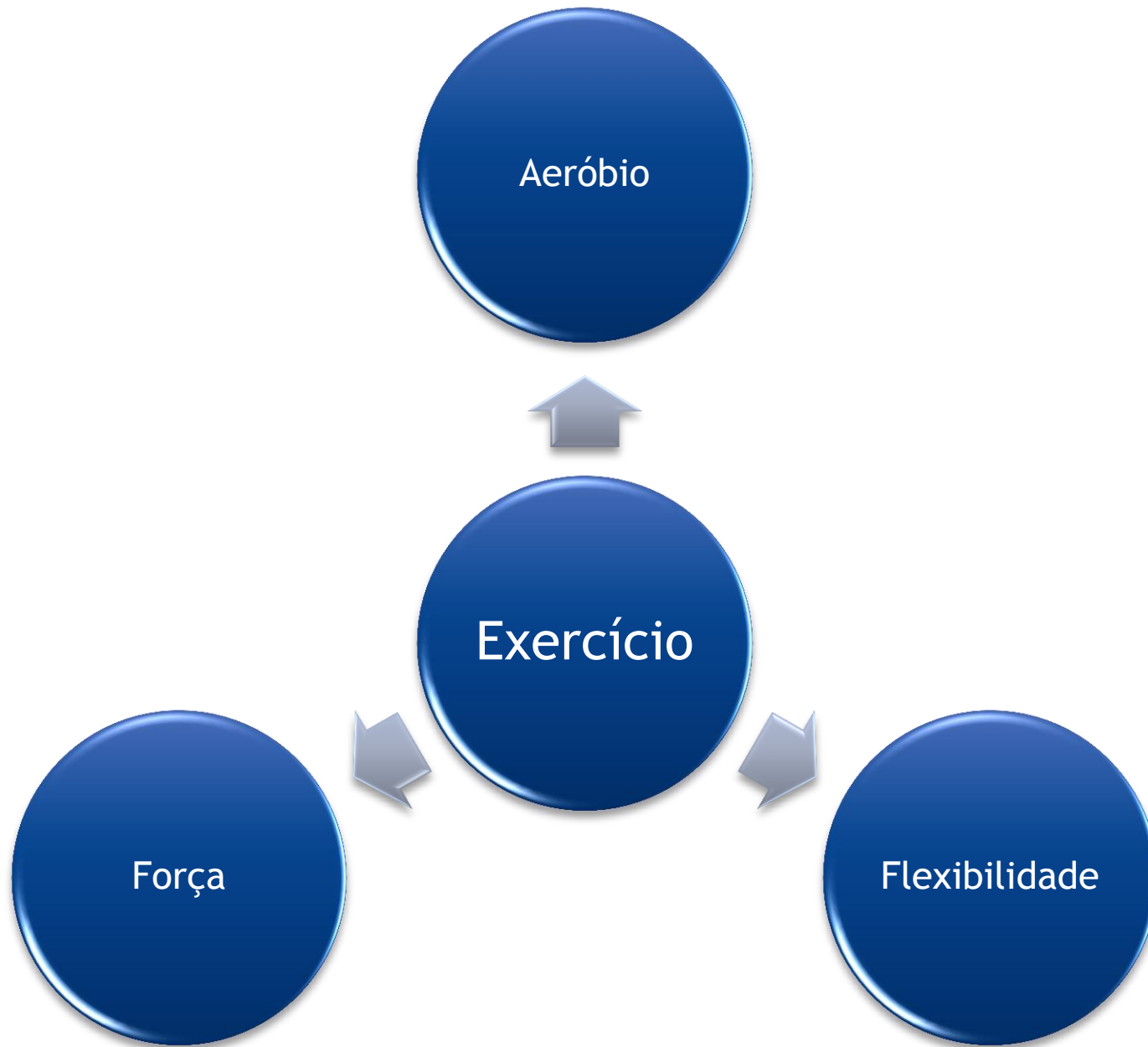
- ◉ Treinar a estabilidade dinâmica do tronco e membros praticando tarefas que assentam em estratégias de adaptação ou desenvolvimento para lidar com condições de exigência crescente. Ex: andar pé ante pé; diminuir o suporte dos membros
- ◉ Movimentos suaves de vária amplitudes e velocidades, incluindo parar e iniciar em diferentes pontos



PROGRESSÃO

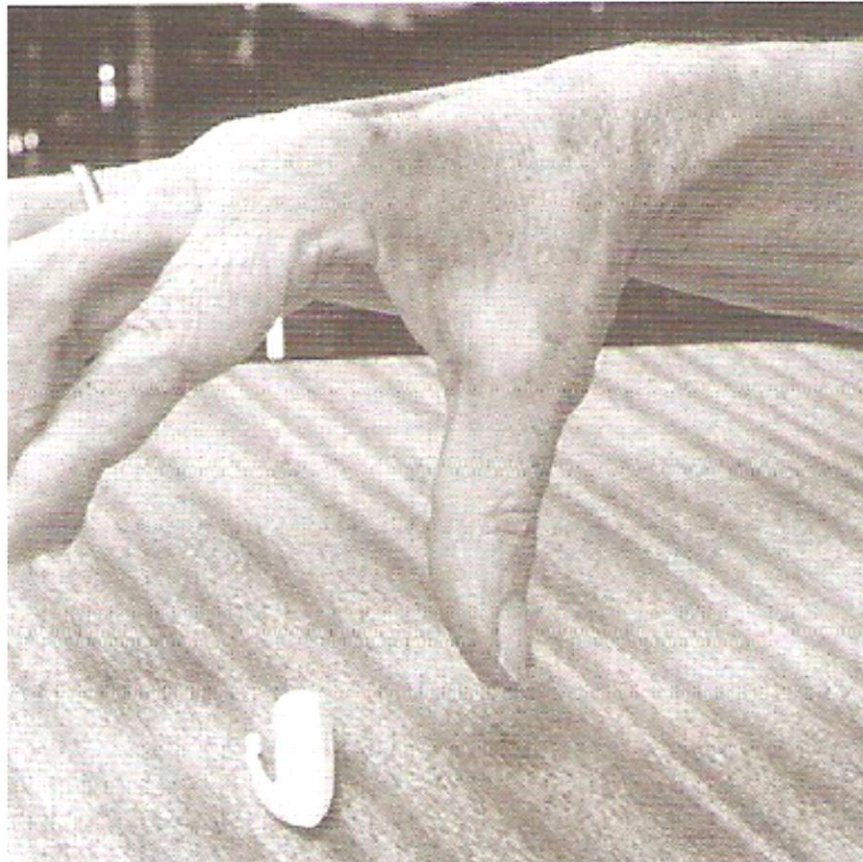
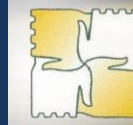
- ◉ Utilização dos MS
- ◉ Amplitude de movimento
- ◉ Tarefas que envolvem alterações de velocidade e amplitude, direção e força
- ◉ Estabilidade
- ◉ Paragem repentina de movimento
- ◉ Atenção





CONCLUSÃO

- ⦿ A fisioterapia pode ajudar as pessoas com ataxia a realizar as actividades funcionais para além da execução através de compensação
- ⦿ A aprendizagem motora é possível (Boyd e Winstein, 2004; Lacourse et al, 2004; Ioffe et al, 2006)
- ⦿ Treino de tarefas funcionais
- ⦿ Repetição dos exercícios
- ⦿ Exercícios que desafiem as capacidades do indivíduo



OBRIGADA PELA
ATENÇÃO