

## ELABORAÇÃO DE UM MANUAL DE EXERCÍCIOS FUNCIONAIS PARA PACIENTES COM HEMIPLEGIA E HEMIPARESIA

Marcelie Priscila de Oliveira Rosso<sup>1</sup>; Marco Aurélio Cardoso<sup>1</sup>; Natália Ancioto da Costa<sup>1</sup>; Laís Helena Carvalho Marinho<sup>2</sup>; Simone Cavenaghi<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Fisioterapeuta, Aprimorando/Aperfeiçoando em Fisioterapia no Hospital de Base de São José do Rio Preto; <sup>2</sup>Doutoranda da FAMERP, Fisioterapeuta do Hospital de Base de São José do Rio Preto/FUNFARME, Docente e Coordenadora de Cursos de Pós-Graduação Lato Sensu FAMERP; <sup>3</sup>Fisioterapeuta do Hospital de Base de São José do Rio Preto/FUNFARME, Docente e Coordenadora de Cursos de Pós-Graduação Lato Sensu FAMERP

**Introdução:** A chamada paresia (fraqueza muscular) ou a hemiplegia (fraqueza unilateral semelhante combinada com a perda de sensibilidade) acomete aproximadamente 90% dos pacientes admitidos em hospitais após sofrer uma lesão encefálica. A fraqueza muscular está relacionada às limitações funcionais para as transferências, para ficar em pé, deambular, subir escadas, alimentação, higiene, vestuário e demais atividades de vida diária. A realização de exercícios físicos para pacientes com sequelas motoras é essencial para a recuperação funcional. Programas educacionais podem facilitar a repetição dos exercícios em casa e contribuir para o tratamento. **Objetivo:** Realizar uma atualização bibliográfica sobre a aplicabilidade de exercícios funcionais em pacientes hemiplégicos/hemiparéticos e elaborar um manual para o paciente e para o cuidador. **Métodos/Procedimentos:** Para elaboração deste trabalho, foi realizada uma revisão da literatura através da pesquisa em bases de dados eletrônicas: LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde), Medline, SciELO (Scientific Electronic Library Online), PEDro (Physiotherapy Evidence Database), Cochrane Library e Pubmed, sem restrição de idioma. Os descritores utilizados para a pesquisa foram: hemiplegia, funcionalidade (functioning), tratamento (treatment), fisioterapia (physiotherapy, physical therapy), exercício (exercise), reabilitação (rehabilitation). selecionados segundo os DECS – Descritores em Ciência da Saúde, da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). **Resultados:** Os pacientes hemiparéticos/hemiplégicos são potencialmente incapacitados e se constituem num grande desafio para a Reabilitação. Maximizar a capacidade funcional do paciente mostra-se como uma desafiadora missão aos fisioterapeutas, que devem objetivar modalidades de atendimento que sejam eficazes na promoção de mudanças dos desfechos funcionais. Todo e qualquer programa de tratamento deve conter um conjunto de orientações básicas quanto aos posicionamentos adequados tanto nas posturas estáticas como dinâmicas e também quanto à realização das atividades de vida diária e de vida prática. Estas orientações devem ser ministradas tanto aos pacientes quanto aos seus cuidadores e/ou familiares. **Conclusão:** Assim, as estratégias terapêuticas que auxiliam o paciente a aprender ou reaprender a executar as tarefas funcionais são essenciais para sua independência funcional. O custo financeiro da reabilitação é alto para os pacientes e órgãos de saúde. Desta forma, a aplicação de programas educacionais que ensinem aos pacientes e a seus familiares a continuar com os exercícios e orientações em casa, de forma independente, são viáveis e apresentam bom custo-benefício.