



Fisioterapia Motora Na Esclerose Lateral Amiotrófica

Aparecida Praeiro dos Santos

CREFITO 229680-F

Especialista em Fisioterapia em doenças neuromusculares.

Especialista em Acupuntura.

Docente em cursos de saúde, educação e formação docente na área da saúde.

Membro do conselho de administração e do comitê científico da Pró-Cura da ELA.



E-mail: cidapraeiro@gmail.com



Good News! Estamos sempre evoluindo!

Estamos nesta jornada da evolução! Estamos sempre evoluindo... queiramos ou não!

Os nossos antepassados na linha do tempo da Esclerose Lateral Amiotrófica não tinham nada comparado ao pouco que temos, atualmente, no sentido de informações, recursos e acesso.

E como estamos sempre evoluindo...

existe grande esforço mundial em busca de um futuro promissor!

Faça o seu melhor, hoje!

Você não tem uma cópia de si, ninguém no mundo tem sua imagem ou semelhança. Já pensou nisso? Você é um ser único na sua singularidade.

Cada um apresenta uma evolução variável, em todos os aspectos da vida. Como paciente, também! tanto no que tange a algumas funções acometidas, como à velocidade do comprometimento, como na capacidade de compreensão e aceitação de si próprio e do momento vivido. Cada um é um!

A Esclerose Lateral Amiotrófica apesar de ser uma condição que se inicia, no adulto, ao redor dos 50 anos, nota-se uma readaptação motora para as funções comprometidas, sugerindo que o cérebro tem a capacidade de se adaptar, utilizando outros padrões de inervação para que a função se preserve.

Acredita-se que pode ser devido a magnânima capacidade de propriedade da plasticidade cerebral que o paciente passa a ter condições de ser produtivo em sua vida social, profissional, acadêmica e em toda área da vida que desejar!

Os progressos da fisioterapia motora e respiratória vieram, ao longo do tempo, proporcionar e prolongar o período da qualidade de vida do paciente.

A preservação da vida é a meta de todos os profissionais que trabalham nesta área!
Mas a escolha da vida e do bem viver é só sua!

Quais escolhas você tem feito para você?

A ansiedade dos profissionais em busca de bem-estar de seus pacientes, bem como a colaboração do paciente na sua própria saúde, juntas, essas forças podem ser muito favoráveis ao tratamento. Para auxiliar nesta parceria sugerimos algumas observações referente a fisioterapia motora aos pacientes com esclerose lateral amiotrófica. Para tanto, vamos dividir em 2 grupos de pacientes: pacientes funcionalmente independentes e pacientes funcionalmente dependentes.





Algumas definições para esses conceitos:

Pacientes funcionalmente independentes são pacientes que apresentam poucos sintomas da doença, levando uma vida praticamente normal. Capacidade de realizar quase todas as atividades motoras da vida diária, sentindo apenas alguma diminuição da força muscular, principalmente, nas pernas, frequência de câibra acima do normal e um pouco mais suscetível ao cansaço.

Pacientes funcionalmente dependentes são pacientes que necessitam de auxílio para realizar a maioria das atividades de vida diária e que nesta fase, portanto, não conseguem realizar os exercícios fisioterapêuticos sozinhos. Esses pacientes também podem sentir falta de ar mesmo após pequenos esforços, diminuição da força muscular global, por isso ficam sujeitos a complicações decorrente da fraqueza, do imobilismo e da dificuldade respiratória.

Objetivos da fisioterapia motora aos pacientes com esclerose lateral amiotrófica

Bem-estar geral, lentificação das contraturas, deformidades, má postura (cifose e escoliose), encurtamentos, constipação intestinal, cólicas e gases, edemas e dor. Melhora do sono, manutenção e prevenção de câibras, espasticidade, fasciculações, prevenção da qualidade da pele (evitar escaras e úlceras de decúbito) Manter a amplitude do movimento mais harmônico, dignidade!

Sugestão de orientações do trabalho da fisioterapia motora aos pacientes com esclerose lateral amiotrófica funcionalmente independentes:

- Objetivo: manutenção da força muscular global com ênfase nos músculos do tronco incluindo os músculos da respiração.
- Exercícios de alongamento muscular para prevenir instalação de encurtamento. Alongamentos também ajudam a reduzir a ocorrência de câibras.
- Exercícios de força muscular para manutenção da força atual, sem carga e evitando o cansaço precoce.
- Exercícios posturais para o tronco, manter a boa postura é fundamental, seja em pé ou sentado, evitando a curvatura da coluna para frente, (cifose), ou a curvatura da coluna para os lados, (escoliose).
- Exercícios respiratórios devido ao envolvimento dos músculos da respiração e caixa torácica evitando eventuais diminuição desses volumes.
- Massagem abdominal (irá auxiliar ao bom funcionamento dos intestinos) e relaxante (bem-estar geral).

Sugestão de orientações do trabalho da fisioterapia motora aos pacientes com esclerose lateral amiotrófica funcionalmente dependentes:

- Objetivo: manutenção da mobilidade das articulações principalmente do tronco, pescoço e ombros e prevenção de complicações respiratórias.
- Posicionamento do paciente deitado e sentado. O bom e correto posicionamento auxilia não apenas nas condições respiratórias, mas também no cuidado da prevenção de escaras e problemas de pele como as úlceras de decúbito (feridas que se abrem devido a constante pressão dos ossos sobre a pele).
- As mudanças dos decúbitos devem ser realizadas várias vezes ao dia.
- Exercícios de mobilização do tronco, pescoço e ombros associados a respiração.
- Manobras respiratórias que ajudam na eliminação das secreções das vias aéreas.
- Massagem abdominal (irá auxiliar ao bom funcionamento dos intestinos) e relaxante (bem-estar geral)

Orientações Gerais para ambas as funcionalidades: Os exercícios devem ser realizados em ambiente claros, arejados, que passem a fazer parte da rotina do paciente com incentivo de familiares e amigos e sempre evitando o cansaço. Cultivar o bom humor durante os exercícios, pois são momentos muito preciosos para ambos (pacientes e profissionais).

O número de repetição dos exercícios será monitorado por um fisioterapeuta especializado.

Os familiares são parte fundamental de toda a jornada e, em muitas vezes, desanimam, importante que os profissionais auxiliem nisso e não desanime também.

O trabalho é sempre em equipe, multidisciplinar com um programa de tratamento específico.

O paciente é único!

A melhor maneira de, diariamente, enfrentar firmemente cada etapa é lembrar que estamos sempre evoluindo, amparados pela evolução da ciência e pelas forças do bem e que...



Rua Dr. Diogo de Faria, 775 11º andar cj 114
Vila Clementino São Paulo - SP - 04037-002



www.procuradaela.org.br



+55 (11) 2659-7912



+55 (11) 97464-5661 | +55 (11) 94208-0123



PRÓ-CURA
ASSOCIAÇÃO PRÓ-CURA DA ELA

