



SATISFAÇÃO E VIABILIDADE APÓS UM PROGRAMA DE TREINAMENTO PROGRESSIVO DE CAMINHADA NÓRDICA (CN) E SPRINT EM PESSOAS COM PARKINSON

EDIGAR MENEZES FERREIRA; ANA CARLA SANTOS; THAYARA MAIZE DA SILVA TABAYARA; LUMA SABRINA DA SILVA MORAES; ELREN PASSOS-MONTEIRO

Introdução: No processo de envelhecimento, em pessoas com doenças neurodegenerativas, como por exemplo a doença de Parkinson, surge um aumento do medo de quedas, e de realizar atividades mais complexas e da vida diária. **Objetivo:** Com isso, o nosso objetivo é analisar a satisfação, viabilidade e segurança de pessoas com Parkinson após um programa de treinamento progressivo de caminhada nórdica (CN) e sprint. **Metodologia:** Trata-se de um estudo longitudinal, aprovado pelo comitê de Ética e Pesquisa do instituto de ciências da saúde (ICS) (CAAE, nº 67654523.7.0000.0018). O protocolo de intervenção foi de 11 semanas de treinamento locomotor intervalado de CN progredindo para o sprint, 2 vezes por semana duração de 60 minutos. As sessões eram divididas em 3 momentos. Aquecimento: 5 minutos de exercícios de mobilidade. Parte principal: 25 a 40 minutos de treinamento locomotor. Volta à calma: 5 minutos de exercícios de alongamentos. Após o programa de treinamento, aplicamos uma escala visual analógica de satisfação que possui 11 perguntas com domínios: viabilidade, segurança, melhora nos sintomas da doença de Parkinson, e uso e indicação futura do exercício de sprint. Os escores são de muito insatisfeito, insatisfeito, indiferente, satisfeito e muito satisfeito, conforme o número de 0 à 10 de ordem crescente. Os dados serão apresentados em estatística descritiva com médias e desvios-padrão. **Resultados:** A amostra foi de 12 PcP (idade $68,8 \pm 6,63$ anos; massa corporal $67,2 \pm 16,0$ kg; estatura $1,64 \pm 0,08$ m; escala de avaliação do DP (UPDRS-III) $24,8 \pm 9,09$; escala de estadiamento Hohen & Yahr 2,50). Algumas respostas de satisfação sobre o treinamento: Conseguir realizar ($8,41 \pm 1,69$); Conforto ($8,41 \pm 1,26$); Medo de Cair ($6,36 \pm 2,82$); Segurança ($7,75 \pm 2,18$); Melhora nos Sintomas ($7,73 \pm 1,75$); Satisfação horas de depois ($9,09 \pm 1,26$). **Conclusão:** De forma geral, os participantes demonstram uma boa satisfação na realização de um programa de treinamento de CN e Sprint. Entretanto, ainda existe o medo de quedas.

Palavras-chave: **TREINAMENTO DE SPRINT; REABILITAÇÃO; PESSOAS COM PARKINSON**