



Efeitos do exercício em pacientes com Síndrome de Down

Debora Benevides Barreto¹, Carolina dos Santos Freitas¹, Emili Gomes Henriques¹, Thalia Pereira Silva¹, Thalyta Márjory Fernandes Costa¹, Luciano Matos Chicayban^{1,2}

(1) Curso de Fisioterapia dos Institutos Superiores de Ensino do Censa (ISECENSA), Campos dos Goytacazes/RJ; (2) Laboratório de Fisioterapia em Pesquisa Pneumofuncional e Intensiva (LAPEFIPI) dos Institutos Superiores de Ensino do Censa (ISECENSA), Campos dos Goytacazes/RJ

Os portadores da Síndrome de Down possuem retardo no desenvolvimento neuropsicomotor. Por esse motivo, a fisioterapia é indicada precocemente, a fim de estimular as atividades motoras e proporcionar melhor qualidade de vida. Verificar os efeitos do exercício na qualidade de vida em portadores da síndrome de Down. Realizou-se uma revisão não-sistemática, através de uma busca na base de dados PEDro, com ensaios clínicos randomizados, publicados entre os anos de 2008 e 2019, através das seguintes palavras-chave: *exercise down*, *down syndrome physiotherapy*. Foram incluídos 6 estudos para a revisão. A força aumentou com diversos exercícios nos 5 estudos em que foi avaliada. Três estudos apresentaram melhora do equilíbrio, com a utilização de exercícios resistidos, isocinéticos e de estabilização. Dois artigos avaliaram a função física, a partir de exercícios de resistência, e apenas um obteve melhora. Um artigo avaliou glicemia, gordura, colesterol e pressão arterial, mas não houve diferenças significativas. Os exercícios melhoram aspectos importantes como força e equilíbrio, com diferentes tipos de intervenção para pacientes com Síndrome de Down, reforçando a importância da fisioterapia precoce.

Palavras-chave: Exercício baixo. Fisioterapia síndrome de Down.

Apoio: ISECENSA.