

Exercício físico recupera estruturas cerebrais danificados por AVC

Educação Física

Enviado por:

Postado em:17/02/2009

O estudo revelou resultados sobre as alterações estruturais que ocorrem em uma das áreas mais complexas do corpo humano pela prática de atividade física e justificaria a prática de esportes na reabilitação de pacientes portadores de doenças neurodegenerativas - Mal de Alzheimer ou Mal de Parkinson.Saiba mais...

A expectativa de vida está aumentando em todo o mundo, mas é importante que se chegue lá com boa qualidade de vida. Para isso é necessário cuidar do corpo. Um planejamento motor, associado a exercícios físicos, pode ser benéfico para a saúde do cérebro, uma vez que melhora a plasticidade cerebral, que é a capacidade de reorganização de estruturas danificadas. Em geral, esses danos são causados por lesões - entre as quais, o AVC (acidente vascular cerebral). Pesquisa realizada recentemente pelo Laboratório de Neuroimagem da Faculdade de Ciências Médicas (FCM), analisou os efeitos que os exercícios físicos podem causar no sistema nervoso central. O estudo revelou resultados sobre as alterações estruturais que ocorrem em uma das áreas mais complexas do corpo humano pela prática de atividade física e justificaria a prática de esportes na reabilitação de pacientes portadores de doenças neurodegenerativas - Mal de Alzheimer ou Mal de Parkinson. Para a coordenadora do departamento de fisioterapia do Hiléa, centro de vivência para a maturidade, Ângela Bushatsky, a velhice não é homogênea, e os programas preventivos de atividades físicas devem ser desenvolvidos individualmente de acordo com as necessidades de cada paciente. "Existem pessoas na mesma faixa etária com características e necessidades diferentes: físicas, emocionais e com histórias de vida diferentes. Pessoas na mesma faixa etária apresentam histórias de vida, características físicas e necessidades emocionais totalmente diferentes. Não dá para generalizar. É fundamental a participação de uma equipe multidisciplinar nesse processo", conta Dra Ângela. Hiléa, centro de vivência e desenvolvimento para maturidade: Dentre os serviços oferecidos pelo Hiléa estão: Residencial - com ou sem assistência de acordo com a necessidade, Vivência Diária, Cuidados Médicos e de Enfermagem, Convivência e Lazer, Reabilitação, Cuidados da Memória e Consultórios Gerontológicos, em estrutura composta por 119 apartamentos e conforto de um hotel cinco estrelas. Além disso, possui sala de ginástica com equipamentos específicos, salão de eventos, piscina aquecida e sauna, salas de massagem, restaurante, transporte, salas de atividades e recreação, sala da família, cabeleireiro e barbeiro, solário e jardim, serviço de quarto. Toda a arquitetura e a decoração foram idealizadas com base nas necessidades específicas do idoso para preservar sua independência. Figura: Crânio aberto, mostrando o osso, a dura-máter e a aracnóide. Fonte. Netter FH. coleção Ciba de Ilustrações Médicas, arcelona, Salvat, 1987B. Fonte: Segs.com.br Fonte da imagem: <http://www.saudeemovimento.com.br>