

Atividade física ajuda a recuperar raciocínio após AVC

01/10/2012 - Um estudo feito no Canadá mostra que a atividade física em pacientes que sofreram um acidente vascular cerebral (AVC) melhora não só a recuperação dos movimentos, mas também o funcionamento do próprio cérebro.

Siga o [CIÊNCIAemPAUTA](#) no Twitter. Curta nossa página [CIÊNCIAemPAUTA](#) no Facebook!

O trabalho apresentado no Congresso Canadense de AVC mostrou que os exercícios ajudam a melhorar memória, linguagem, raciocínio e juízo em quase 50%.

O AVC é o entupimento de uma veia ou artéria no cérebro, que pode deixar sequelas tanto nos movimentos quanto nas funções mentais. Nos casos mais graves, ele pode levar à morte.

A pesquisa foi feita com 41 pacientes - e 70% deles apresentavam dificuldades de locomoção, andando com ajuda de uma bengala ou de um andador. Eles seguiram um programa de treinamento com exercícios aeróbicos e de resistência cinco dias por semana, adaptados para suas limitações.

Além da evolução na força muscular e na capacidade de caminhar, o estudo encontrou “melhoras significativas” na função cerebral como um todo, em especial na atenção, na concentração e na organização.

“Esses resultados oferecem evidência persuasiva de que, ao melhorar a saúde cardiovascular com exercícios aeróbicos e aumentar a massa muscular com treinamento de resistência, pessoas com derrame podem melhorar a saúde cerebral”, afirmou Susan Marzolini, do Instituto de Reabilitação de Toronto, que liderou o estudo.

Fonte: G1

