

0568 - O USO DE UM SISTEMA “ÂNCORA” EM ROTINAS DE ATIVIDADE FÍSICA ADAPTADA PARA MELHORA DO CONTROLE POSTURAL DE INDIVÍDUOS COM DEFICIÊNCIA INTELECTUAL

- Eliza Cruz de Souza (Instituto de Biociências, Unesp, Rio Claro), Ana Carolina Panhan (Instituto de Biociências, Unesp, Rio Claro), Gabriella Ferreira Braga (Instituto de Biociências, Unesp, Rio Claro), Gabriella Andreeta Figueiredo (Instituto de Biociências, Unesp, Rio Claro), Marcela Rodrigues de Castro (Instituto de Biociências, Unesp, Rio Claro), Thayná Cristina Parsaneze Iasi (Instituto de Biociências, Unesp, Rio Claro), Tiago Dias Provenzano (Instituto de Biociências, Unesp, Rio Claro), Eliane Mauerberg-deCastro (Instituto de Biociências, Unesp, Rio Claro) - elizinhay@hotmail.com.

Introdução: O sistema “âncora”, proposto pela primeira vez por Mauerberg-deCastro (2001), consiste em segurar dois cabos flexíveis, um em cada mão, enquanto as massas com cargas variadas são mantidas em contato com o solo durante posições com equilíbrio restrito ou deslocamentos. Os robustos resultados em estudos anteriores com grupos com e sem deficiência de variadas idades confirmaram que a manipulação do sistema âncora resulta em melhora no controle postural de curto-prazo do mecanismo de controle através da sensibilidade háptica. Esses resultados levantaram a necessidade de se pesquisar efeitos de longo prazo em grupos com conhecido atraso no desenvolvimento do sistema postural, como é o caso da deficiência intelectual. **Objetivos:** O objetivo do estudo foi introduzir o paradigma do sistema “âncora” em contextos da prática de atividade física adaptada—dentro do Programa de Educação Física Adaptada, Proefa—e avaliar efeitos de longo prazo no controle postural de indivíduos adultos com deficiência intelectual. **Métodos:** Foram testados 11 sujeitos deficientes intelectuais com idade média de 29,2 anos (dp = 8,2). Os participantes foram avaliados antes e depois de 22 sessões como uso da ancoragem. Tanto o treinamento como a avaliação ocorreram nas dependências da Unesp de Rio Claro. **Resultados:** Os efeitos do treinamento incluíram redução dos níveis de instabilidade postural em tarefas sobre plataforma de força em laboratório. Nas sessões práticas, observamos que os participantes ora ajustaram seus movimentos ao sistema âncora como auxiliar do equilíbrio e do controle postural, ora incorporaram como um anexo do próprio corpo criando restrições com diferentes graus de dificuldade. Os participantes reduziram a oscilação corporal nas tarefas de equilíbrio, especialmente estático. Com o uso do sistema âncora, os participantes realizaram sozinhos algumas tarefas que antes eram realizadas com a ajuda de auxiliares. Além disso, o sistema âncora impôs desafios em torno da percepção das dimensões corporais e espaciais. Ou seja, como a tarefa era transportar o sistema âncora como parte de seus corpos, o mesmo expandiu a área de ação e, portanto, os participantes tiveram que ajustar seus movimentos às novas dimensões dos anexos. Neste contexto prático, o sistema âncora demonstrou ser uma ferramenta e um método viável de treinamento do equilíbrio corporal através de estratégias exploratórias do tipo hápticas. Os participantes naturalmente usaram as cargas como apoio sob a simples instrução de transportá-las sempre em contato com o chão. Portanto o sistema “âncora” tem significativo potencial enquanto ferramenta terapêutica auxiliar em programas de atividade física adaptada ou de outras terapias convencionais da reabilitação postural. Apoio: Proex/Unesp; CNPq/Pibic