

## **Importância da fisioterapia no tremor essencial**

### **Importance of physiotherapy in the essential tremor**

Larissa Barbosa Souza (Acadêmico do curso de fisioterapia no Centro Universitário do Vale do Araguaia)

Dr. Bruno Fernando Cruz Lucchetti (Docente orientador no Centro Universitário do Vale do Araguaia)

[barbosasouzalarissa@outlook.com](mailto:barbosasouzalarissa@outlook.com)

**Palavras-Chave:** distúrbio neurológico, qualidade de vida, tratamento fisioterapêutico.

#### **1. Introdução**

O tremor essencial (TE) é uma das patologias do movimento mais comum (PAHWA; LYONS, 2003). Pode acontecer em qualquer idade (LOUIS; DURE; PULLMAN, 2001). Os sintomas são percebidos quando a pessoa mantém os braços estendidos no ar, ou realiza movimentos finos como segurar um copo ou escrever.

Apesar de ser um distúrbio neurológico com desenvolvimento lento, não influencia na expectativa de vida, no entanto, sua etiologia não é totalmente conhecida. Segundo Bain et al (1994) o desenvolvimento do TE possa ser genético, podendo ser observado em um familiar, nesse contexto os sintomas estão presentes na infância e permanecem no decorrer da vida.

Segundo Vancer; Ulanowski; Danzl (2019) o tremor pode intensificar com ansiedade, estresse e em situações envolvendo interação com outras pessoas. Dessa forma a depressão e ansiedade são comuns entre pessoas com TE (TROSTER et al., 2005). De acordo com Heldman et al (2011) o TE pode ter consequências psicológicas, sobre tudo quando acontecem em público.

O tratamento bastante utilizado nos casos de TE são medicamentosos via oral com Primidona e o Propranolol, todavia, somente uma parte dos indivíduos tem a intensidade do tremor diminuída, vários pacientes não reagem aos medicamentos, e os que reagem podem não ter benefícios no dia a dia, na maioria dos fármacos utilizados em longo prazo tem evidências desconhecidas, os efeitos colaterais colaboram para um grande índice de abandono aos fármacos (SHANKER, 2019).

Esta pesquisa tem como objetivo avaliar o efeito da fisioterapia em portadores de tremor essencial, identificar o impacto na qualidade de vida que o tremor essencial pode causar no dia a dia, verificar o resultado dos exercícios para ganho de força e habilidades motoras fina.

## 2. Metodologia

A pesquisa foi dividida em três etapas, em uma voluntária do sexo feminino, de 54 anos de idade, dona de casa, sedentária.

A primeira fase ocorreu através da versão traduzida para o português do questionário TRG ESSENTIAL TREMOR RATING ASSESSMENT SCALE.

A segunda fase foi realizada através de um teste de labirinto para análise da aquisição e habilidade motora, composto por dois tipos de labirintos um sem pista (A) e outro com pista (B), ambos com apenas uma entrada a esquerda e uma saída à direita.

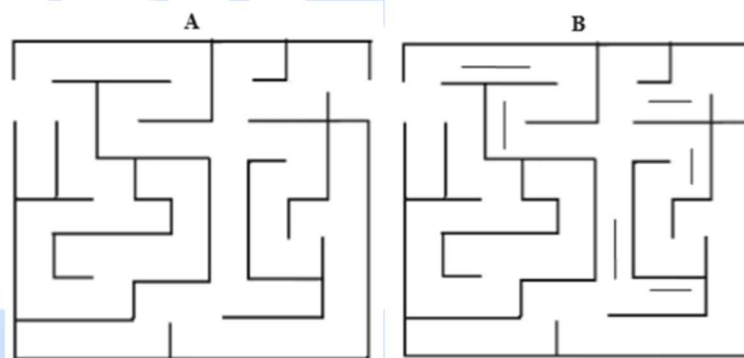


Figura 1 - Labirinto sem pista (A) e com pista (B), ambos com somente uma entrada à esquerda e uma saída à direita.

A terceira fase foi o tratamento fisioterapêutico, onde foram realizadas 10 sessões de fisioterapia com duração de uma hora, realizadas de segunda a sexta-feira. Para fortalecimento muscular foi realizado três series com doze repetições utilizando digiflex Acte T117 cinza, handgrip emborrachado polimet preto, circulo liso emborrachado laranjada. Para motricidade fina foi realizado o jogo de pega varetas composto por 25 varetas de 16 cm de comprimento, com 5 cores diferentes, sendo 7 verdes, 5 vermelhos, 5 azul, 3 amarelo e 1 preta que quando tirada pode ser usada como auxilio para retirada das demais varetas. Transferência de 70 grãos de feijão com colher de sobremesa para um copo. Em cada sessão de tratamento foi feito uma linha reta na folha A4 e cortada com auxilio de uma tesoura, além disso, houve em cada sessão cobertura do desenho de uma tartaruga pontilhada.

A primeira e segunda etapa repetiu-se para analisar a importância da fisioterapia.

### 3. Resultados

Antes do início do tratamento fisioterapêutico a voluntária respondeu versão traduzida para o português do questionário TRG ESSENTIAL TREMOR RATING ASSESSMENT SCALE, esse questionário contém 12 questões, cada item está relacionado ao impacto do tremor nas atividades de vida diária, com pontuação de 0 a 04, com escore máximo de 48. Antes do tratamento fisioterapêutico o escore foi de 19, após ser submetida às sessões de fisioterapia o escore foi de 13.

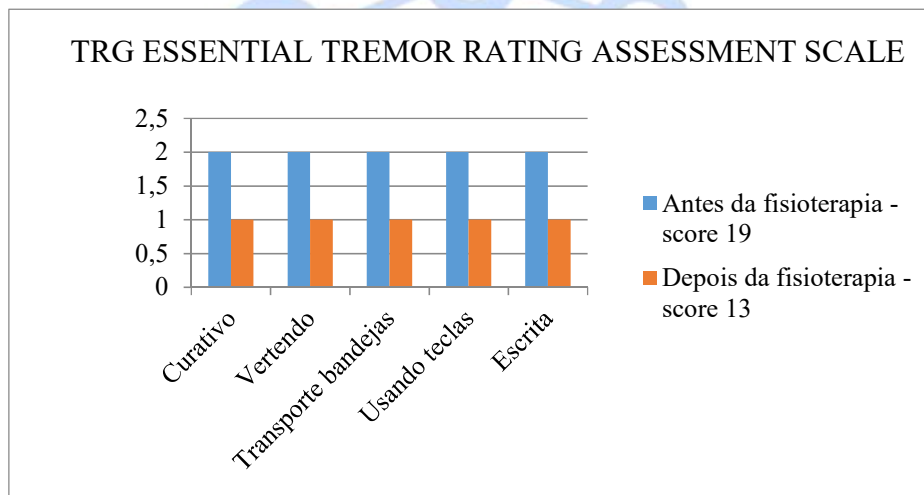


Figura 1 - TRG ESSENTIAL TREMOR RATING ASSESSMENT SCALE

O teste de labirinto foi realizado antes e depois das sessões de fisioterapia, com movimentos lentos e rápidos. Depois das 10 sessões de fisioterapia o teste foi repetido para análise da habilidade motora.

Houve uma melhora nos traços realizados nos labirintos depois da fisioterapia, ou seja, houve traços mais estáveis, porém o tempo de execução foi quase que o mesmo em todos os labirintos.

### 4. Considerações finais

Segundo os resultados adquiridos na pesquisa a fisioterapia é uma forma de tratamento preventivo para o tremor essencial, prevenindo a intensificação do tremor em mãos através de treino de força muscular e motricidade fina, melhorando a qualidade de vida diária de portadores dessa patologia e suas interações sociais. Através da fisioterapia com prática das habilidades motora fina em labirintos trás cada vez mais traços bem feitos,

no quesito impacto nas atividades de vida diária o questionário mostra que a fisioterapia pode sim ser proveitosa.

Essa pesquisa apresenta idéias para novas pesquisas com um número maior de voluntários e resultados mais concretos. Isto é uma consideração relevante para a área da fisioterapia neurologia, tanto para a doença de tremor essencial como para as demais patologias que tem como sinal o tremor involuntário.

## 5. Agradecimentos

Primeiramente agradeço a Deus por me permitir chegar até aqui com saúde.

Agradeço os meus pais por terem me proporcionado a chance de realizar mais um sonho e por terem acreditado em mim.

Agradeço também ao meu orientador Dr. Bruno Fernandes pelo apoio, paciência e empenho dedicado na elaboração desse projeto.

Agradeço aos professores que contribuíram com meu crescimento acadêmico.

Agradeço os meus colegas de curso pelos momentos incríveis durante essa trajetória.

Agradeço o Centro Universitário do Vale Araguaia pelo curso que tornou o sonho de muitos jovens como eu a se tornarem fisioterapeutas.

## 6. Referências bibliográficas

BAIN, Peter G. et al. Um estudo do tremor essencial hereditário. **Cérebro**, v. 117, n. 4, p. 805-824, 1994

LOUIS, E.D.; DURE, L.D.; PULLMAN, S. Essential tremor in childhood: A series of nineteen cases. **Movement Disorders**, v. 16, n. 5, p. 921-923, 2001.

PAHWA, Rajesh; LYONS, Kelly E. Essential tremor: differential diagnosis and current therapy. **The American journal of medicine**, v. 115, n. 2, p. 134-142, 2003.

SHANKER, Vicki. Essential tremor: diagnosis and management. **bmj**, v. 366, p. 14485, 2019.

TRÖSTER, Alexander I. et al. Quality of life in Essential Tremor Questionnaire (QUEST): development and initial validation. **Parkinsonism & related disorders**, v. 11, n. 6, p. 367-373, 2005.

VANCE, Natalie E.; ULANOWSKI, Elizabeth A.; DANZL, Megan M. Yoga led by a physical therapist for individuals with Essential Tremor: An explorative pilot study. Complementary therapies in clinical practice, v. 34, p. 17-22, 2019.



**REI**

**ISSN 1984-431X**