



## ESTUDO COMPARATIVO SOBRE OS EFEITOS DO CIRCUITO PROPRIOCEPTIVO E DA BOLA SUÍÇA NA ESTABILIDADE POSTURAL EM DEFICIENTES VISUAIS

Patricia Grein<sup>1</sup>

**RESUMO: Introdução:** A deficiência visual (DV) é caracterizada por um déficit visual total ou parcial do campo visual, sendo, influenciada pela idade em que ocorre a ausência da visão. Adultos com DV apresentam diminuição da estabilidade postural, alterações durante a marcha, perda dos reflexos de proteção, atraso no desenvolvimento neuropsicomotor, limitação espaço-temporal e durante as atividades da vida diária. Portanto, o treino proprioceptivo é utilizado para propiciar processos fisiológicos aferentes e eferentes do sistema sensorio-motor, ao qual se incluem a sensibilidade de posição articular, muscular, tendões, derme, cinestesia, equilíbrio, deambulação e ativação muscular reflexa, em contrapartida a bola suíça é aplicada na prevenção e tratamento das alterações posturais em deficientes visuais com intuito de aumentar a percepção corporal e estabilidade postural, ambas as técnicas consistem em meios de reabilitação agregadores para as alterações provenientes na deficiência visual (DV). **Objetivo:** Verificar e comparar os efeitos do circuito proprioceptivo e da bola suíça na estabilidade postural em deficientes visuais. **Método:** A pesquisa foi do tipo quali-quantitativa, através, do método comparativo, prospectivo, intervencionista. A amostra foi composta por sete indivíduos, randomizados em dois grupos. Três no grupo 1 correspondente ao circuito proprioceptivo e quatro no grupo 2 correspondente a bola suíça, de ambos os sexos e com idade entre 25 a 65 anos, portadores de DV adquirida e/ou congênita. As sessões foram individuais realizadas 2 vezes por semana, durante 30 minutos, totalizando 10 sessões. Os participantes passaram por duas avaliações pré e pós intervenção, através dos instrumentos específicos para analisar a estabilidade postural, sendo estes: *Time And Up Go*, Teste de Alcance Funcional, Baropodometria e Estabilometria Computadorizada e Escala de Berg. O protocolo de intervenção consistiu de exercícios proprioceptivos que foram executados utilizando os seguintes materiais: colchonetes, colchão macio, step, cadeira, bambolês, cones, cordas, bola pequena, escada de dois degraus, desníveis de piso, os exercícios na bola suíça foram executados em uma bola de 65 cm de diâmetro. **Resultados:** Os dados foram analisados através do programa SPSS e para as variáveis comparativas foi realizado o teste *T de student*, adotando o nível de significância

<sup>1</sup>Graduanda em Fisioterapia da Universidade do Contestado. Campus Mafra. E-mail: [patriciagrein22@hotmail.com](mailto:patriciagrein22@hotmail.com)

quando  $p \leq 0,05$ . A média de idade dos participantes foi de 46 ( $DP \pm 13,292$ ) anos, após análise observou-se resultados significativos nas variáveis que analisam a estabilidade postural, sendo, o teste *time and up go* ( $p < 0,021$ ) e a escala de Berg ( $p < 0,000$ ), os valores encontrados ao verificar a mensuração da distribuição pressórica do peso corporal na planta dos pés no eixo anterior ( $p < 0,035$ ), no eixo posterior ( $p < 0,035$ ) e durante a avaliação da oscilação do corpo no plano frontal nota-se ( $p < 0,022$ ), os dados significativos são provenientes da comparação pré e pós intervenção intra-grupo. **Conclusão:** A partir dos resultados apresentados, conclui-se que o protocolo de exercícios terapêuticos propostos influencia na melhora da estabilidade postural, marcha e propriocepção, diante disso, que este estudo possa reforçar e amparar o uso dos métodos estudados nas desordens de controle postural nesta população.

**Palavras-chave:** Equilíbrio postural. Bola suíça. Propriocepção. Deficiência visual.