



B108

**REFLEXÕES E DEFINIÇÃO DOS OBJETIVOS E MÉTODOS PARA O DESENVOLVIMENTO DE FORÇA PARA PESSOAS PORTADORAS DE ESCLEROSE MÚLTIPLA**

Otávio Luis P. C. Furtado (Bolsista PIBIC/CNPq) e Profa. Dra. Maria da Consolação G.C.F. Tavares (Orientadora), Faculdade de Educação Física - FEF, UNICAMP

A Esclerose Múltipla é uma doença neurológica crônica que é responsável por lesões na bainha de mielina do sistema nervoso central, provocando falhas ou bloqueios na condução dos impulsos nervosos. A diminuída eficiência na ativação das unidades motoras e o aumento da fadiga central parecem ser fatores que influenciam o desenvolvimento de atividades motoras. A prática de exercícios resistidos tem demonstrado promover ganhos de força em seus praticantes regulares, sejam eles saudáveis ou com necessidades especiais. Neste trabalho, buscamos estabelecer os objetivos e métodos para o desenvolvimento de força para pessoas portadoras de Esclerose Múltipla. A metodologia consistiu de revisão bibliográfica através da base de dados Medline abrangendo o período de 1992 a 2002. Encontramos escassa literatura que abordasse o tema Esclerose Múltipla e fortalecimento muscular. Sugestões de atividades para fortalecimento muscular e exemplo de ganho de força através de atividade aeróbica são destacados. Concluímos que o conhecimento dos aspectos específicos da atividade física voltada para pessoas com Esclerose Múltipla, garante a inclusão destas pessoas em ambientes ricos em experiências motoras e sociabilizantes como academias, clubes e outros locais para prática de atividades motoras, permitindo melhora de sua qualidade de vida.

Esclerose Múltipla - Fortalecimento Muscular - Atividade Física