



B0317

### **AUTOESTIMA, QUALIDADE DE VIDA E RESILIÊNCIA: AS CONTRIBUIÇÕES DO XIAN KON NO PROCESSO DE REABILITAÇÃO DO ACIDENTE VASCULAR CEREBRAL ISQUÊMICO**

Clarisse Gomes Pereira, Li Li Min (Coorientador) e Profa. Dra. Paula Teixeira Fernandes (Orientadora), Faculdade de Educação Física - FEF, UNICAMP

O Acidente Vascular Cerebral (AVC) é apontado como a principal causa de incapacidade física, cognitiva e social no mundo. O sedentarismo é um fator de risco para o AVC, tendo uma relação direta com as taxas de morbidade e mortalidade devida a essas enfermidades. O estudo teve por objetivo averiguar a autoestima, qualidade de vida e resiliência antes, durante e após um programa de atividade física, por meio da técnica Xian Kon, baseada na Medicina Tradicional Chinesa. Foi realizada uma pesquisa de campo, na qual foram aplicados a escala de Autoestima, o questionário de qualidade de vida SF-36 e a escala de resiliência. Foram utilizados fichas de acompanhamento e fichas para coleta de informações elaboradas especialmente para este trabalho. Participaram da pesquisa 15 voluntários, de ambos os sexos diagnosticados com Acidente Vascular Cerebral Isquêmico (AVCi). Os voluntários foram orientados a realizar as atividades indicadas por meio do DVD Xian Kon durante 3 (três) meses. Houve mudanças nos diferentes momentos da pesquisa nos aspectos analisados. Os dados colaboram para trazer luz à importância do bem-estar psicológico por meio da intervenção da atividade física, bem como para a melhor atuação do profissional de Educação Física no âmbito da saúde.

Atividade física - Reabilitação - Acidente vascular isquêmico