



CENTRO UNIVERSITÁRIO GOYAZES – UNIGOYAZES

BENEFÍCIOS DO EXERCÍCIO FÍSICO PARA PACIENTES COM LÚPUS

Daniel Gustavo Miranda dos Santos

Sergio Rezende Alves

Vinicius Carvalho Veloso

Orientador: Prof. Dr. Osmar Pereira dos Santos

Trindade - GO

2022

CENTRO UNIVERSITÁRIO GOYAZES – UNIGOYAZES

BENEFÍCIOS DO EXERCÍCIO FÍSICO PARA PACIENTES COM LÚPUS

Daniel Gustavo Miranda dos Santos

Sergio Rezende Alves

Vinicius Carvalho Veloso

**Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Centro Universitário
Goyazes – UniGoyazes como requisito parcial à obtenção do título de
Bacharel em Educação Física.**

Orientador: Prof. Dr. Osmar Pereira dos Santos

Trindade - GO

2022

Daniel Gustavo Miranda dos Santos

Sergio Rezende Alves

Vinicius Carvalho Veloso

BENEFÍCIOS DO EXERCÍCIO FÍSICO PARA PACIENTES COM LÚPUS

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Centro Universitário Goyazes
– UniGoyazes como requisito parcial à obtenção do título de Bacharel em
Educação Física, aprovada pela seguinte banca examinadora:

Orientador: Prof. Dr. Osmar Pereira dos Santos

Centro Universitário Goyazes – UniGoyazes

Prof. Esp. Anderson Félix de Araújo (Membro Interno)

Centro Universitário Goyazes – UniGoyazes

Prof. Esp. Charlene de Oliveira Sales (Membro Externo)

Secretaria Municipal de Saúde de Trindade-GO

Prof. Ma. Taiana Dias de Matos Ribeiro (Membro Suplente)

Centro Universitário Goyazes - UniGoyazes

Trindade - GO

13/06/2022

DEDICATÓRIA

Dedicamos este trabalho exclusivamente a Deus, por ser o nosso porto seguro e alegria enquanto nós pensávamos em desistir de tudo. O Senhor é a nossa força e a nossa fortaleza.

AGRADECIMENTOS

Agradecemos primeiramente aos nossos pais e família pelo suporte espiritual e pelas palavras que nos deram o conforto necessário para o desenvolvimento deste trabalho de conclusão de curso.

Somos gratos ao nosso excelente orientador Prof. Dr. Osmar Pereira dos Santos pelos momentos oportunos de sabedoria e intelectualidade.

Aos nossos amigos que foram a base de informação e saber do plano de estudo para aplicação deste trabalho. No mais, agradecemos a todos que nos auxiliaram de forma direta e indiretamente. A vocês, o nosso muito obrigado!

BENEFÍCIOS DO EXERCÍCIO FÍSICO PARA PACIENTES COM LÚPUS

Daniel Gustavo Miranda dos Santos¹; Sergio Rezende Alves¹; Vinicius Carvalho Veloso¹; Osmar Pereira dos Santos²

RESUMO

O presente trabalho tem o objetivo de conhecer e apresentar os benefícios do exercício físico para pacientes com a Doença de Lúpus Eritematoso Sistêmico - LES. Sob o viés metodológico, a pesquisa tem caráter bibliográfico, o qual teve como base pesquisas realizadas nas principais plataformas de estudos, como CAPES, PUBMED e SciELO, para oferecer maior concisão nos fatos e argumentos teóricos apresentados. Diante da análise dos estudos, evidenciou-se que, de certa maneira, as doenças inflamatórias crônicas em todos os aspectos acabam por debilitar o paciente, o que, consequentemente, dificulta a qualidade de vida da pessoa. Vale salientar que o Lúpus, por ser uma doença multissistêmica, quando levado para o campo da educação física, deve ser acompanhado o quadro do paciente, para que o profissional apresente o melhor plano de treino para o portador da doença. Logo, pode-se observar que os benefícios da atividade física em pacientes Lúpus acabam por melhorar a fadiga e a depressão, além de manter as articulações flexíveis, reduzir a dor e melhorar a respiração.

PALAVRAS-CHAVE: Benefícios. Doença. Qualidade.

BENEFITS OF PHYSICAL EXERCISE FOR PATIENTS WITH LUPUS

ABSTRACT

The present work aims to know and present the benefits of physical exercise for patients with Systemic Lupus Erythematosus Disease - SLE. The methodological procedure addressed took place through the review of articles and bibliographic research, which started from research carried out in the main study platforms such as CAPES, PUBMED and SciELO to provide greater conciseness in the facts and theoretical arguments presented. In the analysis of the studies, it was evidenced that, in a way, chronic inflammatory diseases in all aspects end up debilitating the patient, which consequently hinders the person's quality of life. It is worth noting that Lupus, as it is a multisystem disease, when taken to the field of physical education, the patient's condition must be monitored, so that the professional presents the best training plan for the patient. Therefore, it can be seen that the benefits of physical activity in Lupus patients end up improving fatigue and depression, in addition to keeping the joints flexible, reducing pain, improving breathing and reducing.

KEYWORDS: Benefits. Disease. Quality.

INTRODUÇÃO

É de grande relevância fazer uma análise sobre a importância e benefícios do exercício físico para pessoas com patologias, em especial, a Doença de Lúpus Eritematoso Sistêmico (LES), isso porque o LES ainda não tem causa elucidada, a única vertente é a de que sofre influência de fatores genéticos, bem como ambientais (BÁLSAMO, 2013). Nesse contexto, a prática de exercícios físicos colabora com a qualidade de vida do paciente, o que reafirma a notoriedade da questão.

Dessa forma, o Lúpus, por ser criteriosamente autoimune, é caracterizado por hiperatividade do sistema imunológico, além do fato de englobar a produção de autoanticorpos. Por isso, mesmo em uma época de alta tecnologia e conhecimento científico ainda não há causas esclarecidas.

É fundamental, ressaltar, a princípio, que o LES, por ser considerada uma doença que atinge os principais órgãos do corpo humano, como as articulações, a pele e principalmente os rins, atinge os sistemas cardíaco, pulmonar, neuropsiquiátrico, gastrointestinal e hematológico (CEZARINO, 2016).

De acordo com Silva e Amadei (2016), o quadro de LES é comumente observado em maior número, especificadamente nove vezes mais, em mulheres, visto que a sua frequência está em torno de 40 a 50 no que se refere ao quantitativo de 100.000 (cem mil) pessoas. Outros - sim, Pereira e Duarte (2012) ponderam em seu estudo que o Lúpus ocorre tanto em crianças quanto em adolescentes, lembrando, ainda, que as complicações no quadro de saúde do portador podem interferir na qualidade de vida e limitam a prática de exercícios físicos, uma vez que é necessário o uso medicamentoso em altas doses.

¹ Acadêmicos do Curso de Educação Física do Centro Universitário Goyazes – UniGoyazes.

² Orientador: Prof. Dr. do Curso de Educação Física do Centro Universitário Goyazes – UniGoyazes

Nesse sentido, em decorrência dos efeitos do LES para a vida humana, este trabalho se justifica pela percepção dos benefícios que os exercícios físicos promovem para o paciente com Lúpus, pois é evidente que o aspecto físico é parte fundamental da qualidade de vida, até por - que está relacionado com a capacidade funcional. Sob tal perspectiva, Pinto (2017) salienta que a pessoa com LES apresenta restrições na prática de exercícios físicos por motivos limitadores, como exemplo, o acometimento das articulações, certo de que isso gera dor, fadiga, assim como acaba por diminuir a amplitude de movimento e o desejo da pessoa em querer praticar os exercícios.

Assim, mesmo com os benefícios ou não dos exercícios físicos, o que se nota é que as limitações impostas pelo LES apresentam modificações na realidade física e psicológica da pessoa. Nesse sentido, interferem no quadro psicológico, social e no bem-estar social, logo, o exercício físico não atua apenas no aspecto físico, mas como um agente socializador.

Dessa maneira, este estudo parte da seguinte questão norteadora: Qual é a importância dos exercícios físicos na melhoria da qualidade de vida dos portadores de LES? Assim sendo, a presente pesquisa tem como objetivo conhecer e apresentar os benefícios do exercício físico para pacientes com LES.

METODOLOGIA

Este estudo se caracteriza como uma pesquisa bibliográfica, metodologia percebida como a mais eficiente para alcançar o objetivo de conhecer e apresentar os benefícios do exercício físico para pacientes com LES. Desse modo, aplicou-se uma revisão de literatura em estudos que se encontram publicados nas plataformas CAPES, PUBMED e SciELO, acervos eletrônicos de periódicos científicos. Os descritores utilizados foram: exercícios físicos para pacientes com lúpus; historicidade e conceito de lúpus; educação física como critério de qualidade de vida para pacientes com Lúpus. Isso foi feito, pois a intenção desta revisão de literatura é apresentar a análise de diversos autores quanto à realidade do tema, em um determinado período passado e nos dias atuais.

Conforme Marconi & Lakatos (2017), a pesquisa bibliográfica se atém a tendência de apresentar teorias, livros e documentos que versam determinado assunto. Partindo desse pressuposto, para que o trabalho apresentasse as informações mais precisas sobre os benefícios do exercício físico para pacientes com Lúpus, nos critérios estabelecidos para inclusão dos artigos, primeiro observou-se o ano da publicação, sendo os 2011 a 2021 estabelecidos como limitadores. Posteriormente, notou-se se estão em consonância com os objetivos propostos, isso para obter estudos com fundamentação teórica consistente e que se relacionassem especificamente com a temática.

Logo após a delimitação dos critérios acima mencionados, estabeleceu-se que os artigos seriam selecionados nas línguas inglesa e portuguesa. Dessa forma, 13 artigos compuseram a pesquisa no período de Março a Maio de 2022. A partir da coleta desses dados foi realizada uma análise dos pressupostos, de modo a sistematizar as informações obtidas.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O Lúpus Eritematoso Sistêmico (LES) é uma doença rara caracterizada pela formação de autoanticorpos. Em observância, trata-se de uma patologia do sistema imunológico com sintomas diferentes em diversas partes do corpo. Sendo assim, os indícios mais comuns são: febre, perda de peso, fraqueza, manchas vermelhas na pele, queda de cabelo, dores nas articulações, alterações pulmonares, convulsões, anemia e até alterações de humor (CEZARINO, 2016).

Nesse sentido, o paciente produz substâncias nocivas ao seu organismo, bem como o anticorpo – um mecanismo de defesa – esse que se torna uma ferramenta de automutilação. Tal patologia ocorre mais frequentemente em mulheres, adultos, latinos e negros. Além disso, a doença é dividida em três tipos: Lúpus eritematoso discoide, lúpus eritematoso sistêmico e lúpus eritematoso induzido por drogas (PINTO, 2017).

Acerca dos efeitos do LES, o acometimento da face ocorre em 40% a 50% dos pacientes diagnosticados com Lúpus Eritematoso Sistêmico e é caracterizado por uma erupção em forma de asa de borboleta que se desenvolve nas áreas malar e nasal. As lesões orais associadas ao LES são inespecíficas, apresentando pápulas erosivas ou atróficas circundadas por estrias nos lábios, bochechas, palato e língua. Outrossim, também foram relatados simultaneamente candidíase oral e xerostomia (JORGE; COMIN; WIBELINGER, 2016).

Dessa maneira, pacientes com Lúpus Eritematoso Sistêmico devem evitar a exposição à luz solar, pois a radiação ultravioleta pode desencadear atividade da doença. Devem ser sempre feitas com protetores solares. Sob tal ótica, a mulher que tem Lúpus, se realizar um bom tratamento, consegue levar uma vida normal, isso porque o LES atualmente conta com um contingente de importantes terapêuticos e antibióticos modernos que protegem contra infecções e garantem a maior sobrevivência desses pacientes (LIBERALINO; SOUSA; SILVA, 2013).

O Lúpus Eritematoso é uma doença grave, principalmente se ocasionar lesões renais e cerebrais. Nesse contexto, vale ressaltar que em média aproximadamente 35% dos adultos com Lúpus possuem comprometimento renal no momento do diagnóstico, como nefrite lúpica em 50% dos pacientes nos primeiros 10 anos da doença. Silva e Amadei (2016, p. 18), por sua vez, explicam que “o lúpus afeta os rins devido ao desequilíbrio na produção de anticorpos responsáveis pela proteína do próprio organismo e causam a inflamação do tecido renal, levando a fibrose e interrupção de seu funcionamento”.

Dessarte, o diagnóstico é realizado pela análise médica dos sintomas clínicos e do paciente, bem como pela análise dos resultados dos exames de sangue. Logo, é imprescindível que seja realizado um exame de urina, que por ventura, será fundamental nesse processo (MYRA, *et al.*, 2015).

O tratamento do Lúpus Eritematoso é, de certa maneira, inespecífico, pois não existe um protocolo padrão para todos os pacientes, mas diversas medidas são empregadas entre medicamentos e padrões, para se ter uma boa qualidade de vida (VIEIRA, 2018). Por essa razão, o tratamento consiste no uso de imunossupressores, embora não haja cura para o lúpus, os tratamentos atuais procuram melhorar a qualidade de vida pelo controle dos sintomas e pela diminuição das crises. Isso começa com modificações no estilo de vida, incluindo dieta e proteção contra o sol. Outras medidas de controle da doença incluem medicamentos, como anti-inflamatórios e esteroides (LEITE; SANTOS; ROMBALDI, 2019).

Em vista disso, para manter a qualidade de vida dos portadores de LES é de extrema importância uma ampla discussão sobre os principais fatores associados a este tema, como por exemplo, a prática regular de exercícios físicos. Entretanto, a quantidade de estudos relacionando os efeitos do treinamento físico sobre parâmetros imunológicos e fisiológicos em pacientes com LES ainda é restrita, sendo necessário o desenvolvimento de maiores informações sobre a reação dela em cada organismo, de uma pessoa adulta, jovem, idosa ou criança (KISHIMOTO; FERNANDES; APPENZELLER, 2016).

No que se refere à atividade física, é evidenciado no estudo de Leite, Santos e Rombaldi (2019) a capacidade de melhorar a habilidade física e funcional, assim como a função imunológica em pacientes com LES com baixa atividade da doença. No entanto, muitos aspectos ainda precisam ser esclarecidos em relação aos componentes imunológicos e fisiológicos dos programas de atividade física em pacientes com Lúpus Eritematoso Sistêmico.

A fadiga e o cansaço são critérios penosos para os portadores de Lúpus Eritematoso Sistêmico e fazem com que diminua a capacidade de realizar atividades físicas, incluindo tarefas da vida diária. Sabe-se que a doença de lúpus é controlada por meio de medicamentos, logo, é fundamental incorporar mudanças no estilo de vida para auxiliar e reduzir os sintomas e possíveis riscos de complicações (GAVA; OLIVEIRA, 2017).

Dessa maneira, o profissional de educação física que lida diretamente com esse público deve estar atento à aplicação dos exercícios físicos que podem ser repassados em decorrência da fase patológica do Lúpus. Isso porque que a atividade física é boa para a saúde de todos, mesmo de quem comporta doenças crônicas, uma vez que ajuda os órgãos do corpo e a mente a funcionarem de maneira adequada (OLIVEIRA *et al.*, 2021). Com isso, esse profissional precisa apresentar programas de exercícios que estimulam a circulação sanguínea e a função cardíaca, com o intuito de prevenir osteoporose e fraturas, além de melhorar a capacidade pulmonar, função intestinal, mobilidade articular e força muscular.

Partindo de tais pressupostos, o quadro 1 deste trabalho descreve os exercícios físicos que podem ser aplicados para portadores de Lúpus Eritematoso Sistêmico e seus benefícios.

Quadro 1 – Exercícios e benefícios para portadores de Lúpus

EXERCÍCIO	BENEFÍCIOS
TREINO MUSCULAR	O fortalecimento muscular é uma opção eficaz para aliviar a fadiga, depressão, assim como a função do coração e dos pulmões, além de auxiliar na manutenção do peso apropriado.
EXERCÍCIOS AERÓBICOS	Melhora a vitalidade, a mobilidade articular e a capacidade cardiovascular.
PILATES, IOGA E ALONGAMENTOS	Auxilia na mobilidade articular, o equilíbrio e a força muscular.
CAMINHADA	Ajuda a respiração, depressão e fadiga.

Fonte: Leite, Santos e Rombaldi, 2019.

A partir da análise do quadro 1 deste trabalho é possível notar que os benefícios dos exercícios físicos para portadores de Lúpus são fundamentais para promover uma qualidade de vida a essa classe. Logo, é possível apresentar como exemplo disso, o fortalecimento muscular, que dadas as suas repercussões na funcionalidade, saúde e qualidade de vida da pessoa, é imprescindível para auxiliar o portador de Lúpus na manutenção do peso (OLIVEIRA *et al.*, 2021).

Para a promoção da saúde de quem porta Lúpus, no caso de exercícios como do treino de força, requer certa preocupação quanto à segurança dos pacientes, visto que o acompanhamento de um profissional de educação física é primordial para que o exercício seja de fato benéfico e sua ausência pode ser danosa à pessoa praticante.

Dessa forma, a fim de salientar a importância dos exercícios físicos para portadores de Lúpus, um caso clínico de um paciente com quadro da Doença de Lúpus Eritematoso Sistêmico é criado, no qual o sujeito é portador da doença há 15 anos, idade de 45, sendo autônomo.

Por conseguinte, para apresentar os benefícios dos exercícios físicos é necessário montar três planos de treinos. O primeiro treino com pesos em forma de circuito no período de doze semanas, em três dias da semana (segunda-feira, quarta-feira e sexta-feira), a intensidade do

treino para esse exercício deve ser moderada e com duração de 45 minutos. Isso para demonstrar que esse exercício é eficaz no aumento da capacidade cardiovascular enfraquecida, preservando a massa muscular, ajudando a aumentar a força e reduzindo o esforço percebido.

O segundo treino, por sua vez, parte para os exercícios aeróbicos, os quais devem ser supervisionados pelo profissional de educação física ou demais. O treino em questão conta com alongamento inicial de 10 a 15 minutos e 30 minutos de bicicleta, três vezes por semana (segunda-feira, quarta-feira e sexta-feira) no período de 3 semanas, podendo aumentar seguindo a proporção do condicionamento físico que o portador de Lúpus vier apresentar no programa.

Por fim, o terceiro treino é uma caminhada de 30 minutos e 10 minutos de alongamento, durante quatro dias da semana (segunda-feira, terça-feira, quarta-feira e sexta-feira), no período de 3 semanas, assim, aumentando gradativamente conforme for dando maior condicionamento físico à pessoa.

Portanto, observa-se que os proveitos são nítidos para a classe atingida pela doença, e não somente os exercícios de força é que apresentam resultados de forma rápida e diária, mas outros como exercícios aeróbicos, bem como pilates, ioga, alongamentos e caminhada. Essa prática acaba por melhorar a capacidade cardiovascular, promovendo força, equilíbrio e a respiração (GAVA; OLIVEIRA, 2017).

CONCLUSÃO

Inicialmente, a presente pesquisa buscava conhecer e apresentar os benefícios do exercício físico para pacientes com LES. Dado isso, este trabalho de conclusão de curso atingiu o objetivo proposto, uma vez que conheceu e apresentou os benefícios do exercício físico para pacientes com a Doença de Lúpus Eritematoso Sistêmico (LES).

Diante disso, observou-se, no decorrer deste estudo, que a doença é mais frequentemente acometida por manifestações cutâneas em aproximadamente 70% dos casos, chegando a 90% em algum estágio da doença. Danos nos órgãos, fadiga, febre, alopecia, nefrite, erupção cutânea, distúrbios neuropsiquiátricos e fotossensibilidade são alguns dos sintomas do desenvolvimento da doença, sendo a lesão renal e a hipertensão arterial associadas ao processo da doença a principal causa de morte.

Fato a ser prelecionado é que em muitas vezes a tolerância ao exercício pode estar relacionada a uma variedade de fatores, como disfunção pleuropulmonar, atrofia e fraqueza muscular e até hipertensão arterial sistêmica, com ou sem doença arterial coronariana de membros inferiores e artrite. Esses fatores tendem a reduzir a força física do exercício, levando à perda de força e resistência muscular, enfraquecimento das articulações e agravamento da doença.

Diante do cenário exposto, os exercícios físicos para portadores da Doença de Lúpus Eritematoso Sistêmico são apresentados, por meio de estudos, como fator benéfico para o condicionamento físico obtido por meio do treinamento muscular. Sendo assim, apresentam liberação de endorfinas, ativação de monócitos e liberação de prostaglandinas que regulam negativamente as células natural *killer* pós-exercício em comparação ao treinamento aeróbico.

Finalmente, a atividade física para os portadores de Lúpus estimula a circulação sanguínea e a função cardíaca, ajuda a prevenir osteoporose e fraturas e melhora a capacidade pulmonar, função intestinal, mobilidade articular e força muscular.

REFERÊNCIAS

BÁLSAMO, S. Qualidade de vida de pacientes com Lúpus Eritematoso influencia a capacidade cardiovascular em teste de caminhada de 6 minutos. **Revista Brasileira de Reumatologia**. v. 53, n. 1, fev. 2013. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/rbr/a/bMZdXV8cNC5kLQwQGTZC85C/?lang=pt> Acesso em 13 Abr. 2022.

CEZARINO, R. S. Lombalgia crônica em pacientes com lúpus eritematoso sistêmico: prevalência e preditores da força muscular de extensão de tronco e sua correlação com a incapacidade. **Revista Brasileira de Reumatologia**, v. 57, n. 5, p. 438- 444, Oct. 2016.

GAVA, F; OLIVEIRA, A. E. **Treino muscular alivia sintomas do Lúpus**. 2017. Disponível em: <http://unbciencia.unb.br/biologicas/61-educacao-fisica/173-estudo-comprova-que-treino-muscular-alivia-sintomas-do-lupus> Acesso em: 4 Abr. 2022.

JORGE, D; COMIN, A. G; WIBELINGER, V. T. F. Prevalência de atividade física em mulheres. **Revista Brasileira em Promoção da Saúde**, v. 27, n.4, pp.533-540. 2016.

KISHIMOTO, S. T; FERNANDES, P. T; APPENZELLER, S. **Os benefícios da atividade física e exercícios no Lúpus Eritematoso Sistêmico**. 2016. Disponível em: https://www.fef.unicamp.br/feff/sites/uploads/feff_inscricao/cbamas2016/paper-8a1540814616e63ca4d7823d1d23e25f.pdf Acesso em: 20 Mai. 2022.

LEITE, C. F; SANTOS, M. N; ROMBALDI, A. J. Efeitos da prática regular de exercícios físicos por portadores de Lúpus Eritematoso Sistêmico. **Conexões**, v.11, n.3, pp. 166-175, 2019. Disponível em: <https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/conexoes/article/view/8637609> Acesso em: 20 Abr. 2022.

LIBERALINO, D. F; SOUS, A; SILVA, A. S. Fatigue in systemic lupus erythematosus: An association with reduced physical fitness. **Autoimmun Rev.**, v. 10, n. 9, 2013. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/21497208/>. Acesso em 20 abr. 2022.

MARCONI, E; LAKATOS, E. **Pesquisa bibliográfica**. São Paulo. 2017.

MYRA, R. S. *et al*. Kinesiotherapy for quality of life, pain and muscle strength of rheumatoid arthritis and systemic lupus erythematosus patient. Case report. **Rev Dor. São Paulo**, v.16, n.2, 2015.

OLIVEIRA, R. A. *et al*. **Atividade física e Lúpus Eritematoso Sistêmico (LES): revisão crítica da literatura**. Acervo digital UFPR. 2021. Disponível em: <https://acervodigital.ufpr.br/handle/1884/71997> Acesso em: 19 Mai. 2022.

PEREIRA, M. G; DUARTE S. Fadiga intensa em doentes com Lúpus Eritematoso Sistêmico: estudo das características psicométricas da escala da intensidade da fadiga. **Psicologia, saúde & doenças**, v.11, n.1, p.121-136, 2012.

PINTO, A. J. Redução na força muscular e capacidade funcional em pacientes fisicamente inativos com lúpus eritematoso sistêmico de início juvenil, apesar de doença muito leve. **Revista Brasileira de Reumatologia**, v. 56, n.6. pp. 509-514, 2017.

SILVA, J. P. da; AMADEI, J. L. Influência da atenção médica na qualidade de vida de mulheres com lúpus eritematoso sistêmico. **Revista Brasileira de Reumatologia**, v. 56, n. 3, pp. 198-205, 2016.

VIEIRA, A. C. A. **Cuidados fisioterapêuticos em pacientes com Lúpus**. Monografia, 26f. - Curso de fisioterapia, Universidade de Uberaba, 2018. Disponível em: <https://repositorio.uniube.br/bitstream/123456789/554/1/TCC%20LES.pdf> Acesso em: 6 Mai. 2022.