



CENTRO UNIVERSITÁRIO UNIÃO DE GOYAZES
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

**BENEFÍCIOS DO TREINAMENTO RESISTIDO PARA OS PORTADORES DA
SÍNDROME DE GUILLAIN-BARRÉ: Revisão de literatura**

Danielly de Oliveira Ribeiro
Roberta Pedroso Oliveira Damasceno de Moraes
Samara Sousa de Almeida

Orientador (a): Prof. Me. Cátia Rodrigues dos Santos

Trindade - GO
2022

CENTRO UNIVERSITÁRIO UNIÃO DE GOYAZES
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

BENEFÍCIOS DO TREINAMENTO RESISTIDO PARA OS PORTADORES DA
SÍNDROME DE GUILLAIN-BARRÉ: Revisão de literatura

Danielly de Oliveira Ribeiro
Roberta Pedroso Oliveira Damasceno de Moraes
Samara Sousa de Almeida

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao Centro Universitário
Goyazes como requisito parcial para
obtenção do título de bacharel em
Educação Física.

Orientadora: Prof. Me. Cátia Rodrigues dos Santos

Trindade - GO
2022

Danielly de Oliveira Ribeiro
Roberta Pedroso Oliveira Damasceno de Moraes
Samara Sousa de Almeida

**BENEFÍCIOS DO TREINAMENTO RESISTIDO PARA OS PORTADORES DA
SÍNDROME DE GUILLAIN-BARRÉ: Revisão de literatura**

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

Cátia Rodrigues dos Santos

Prof. Orientador: Mestra Cátia Rodrigues dos Santos
Faculdade União de Goyazes

Fernanda Jorge de Souza

Prof. Interno: Mestre
Faculdade União de Goyazes

Aligleice Moreira de Carvalho Souza

Prof. Externo: Especialista
Faculdade União de Goyazes

Trindade - GO

2022

AGRADECIMENTOS

Agrademos a Deus primeiramente, por ter nos dado forças para chegarmos até aqui.

As nossas famílias, por ter nos acompanhado nesta longa trajetória sempre nos dando forças e mostrando que os nossos sonhos eram possíveis desde que nós acreditássemos.

Aos nossos colegas, pelo companheirismo durante nossa jornada acadêmica.

Aos nossos professores pelo ensinamento e principalmente a nossa orientadora que sempre esteve com a gente, nos ajudando a realizar a conquista desse trabalho.

Danielly de Oliveira Ribeiro

Roberta Pedroso Oliveira Damasceno de Moraes

Samara Sousa de Almeida

BENEFÍCIOS DO TREINAMENTO RESISTIDO PARA OS PORTADORES DA SÍNDROME DE GUILLAIN-BARRÉ: Revisão de literatura

Danielly de Oliveira Ribeiro¹

Roberta Pedroso Oliveira Damasceno de Moraes¹

Samara Sousa de Almeida¹

Cátia Rodrigues dos Santos²

RESUMO: O objetivo da presente pesquisa foi investigar os benefícios da prática do treinamento resistido para os portadores da síndrome de Guillain-Barré. Tratou-se de uma revisão de literatura, baseada em dados *Online* nos bancos científicos *Scientific Eletronic*, *Library Online (Scielo)*, *Google Scholar* e *Sites* específicos de publicação com as palavras chaves: Síndrome de Guillain-Barré, treinamento resistido, qualidade de vida. Foram selecionados artigos publicados de 2009 a 2021. O fato é que existem muitas dúvidas, ainda, quanto à eficácia, tanto pelo número insuficiente de estudos quanto pela sua baixa qualidade metodológica. Por outro lado, alguns trabalhos já vêm se preocupando em demonstrar os benefícios e a importância do exercício resistido no tratamento de doentes crônicos com apresentação de bons resultados, principalmente, no que se refere à dor, função e qualidade de vida, bem-estar físico do paciente, retomada de suas atividades de vida diária, melhora da autoestima dando novo sentido à vida do paciente. Além disso, é uma atividade que promove mais conforto no tratamento, visto que é não medicamentoso. Sendo assim, é importante que sejam feitos mais estudos para comprovação da eficácia do treinamento resistido sobre as sequelas da Guillain-Barré, uma vez que, esta, é uma temática muito nova para a comunidade científica.

PALAVRAS-CHAVE: Síndrome de Guillain-Barré. Treinamento Resistido. Qualidade de Vida.

BENEFITS OF RESISTANCE TRAINING FOR PEOPLE WITH GUILLAIN-BARRÉ SYNDROME: Literature review

ABSTRACT: The objective of this study was to investigate the benefits of the practice of resistance training for people with Guillain-Barré syndrome. It is a literature review, based on online data on these scientific databases: *Scientific Eletronic*, *Library Online (Scielo)*, *Google Scholar* and *specific publishing sites* with the keywords: Guillain-Barré syndrome, resistance training, quality of life. Articles published from 2009 to 2021 were selected. The fact is that there are still many doubts regarding the effectiveness, both due to the insufficient number of studies and its low methodological quality. On the other hand, some studies have already been concerned with demonstrating the benefits and importance of resistance training in the treatment of chronic patients with good results, especially regard to pain, function and quality of life, physical well-being of the patient, resumption of their activities of daily living, improvement of self-esteem giving new meaning to the patient's life. In addition, it is an activity that promotes more comfort in the treatment, since it is non-medicated. Therefore, it is important that more studies are carried out to prove the effectiveness of resistance training on the sequelae of Guillain-Barré, as this is a very new topic for the scientific community.

KEY WORDS: Guillain-Barré Syndrome. Resistance Training. Quality of Life.

¹ Acadêmicos do Curso de Bacharel em Educação Física da Unigoyazes.

² Orientador (a): Prof. Me. do Centro Universitário União de Goyazes.

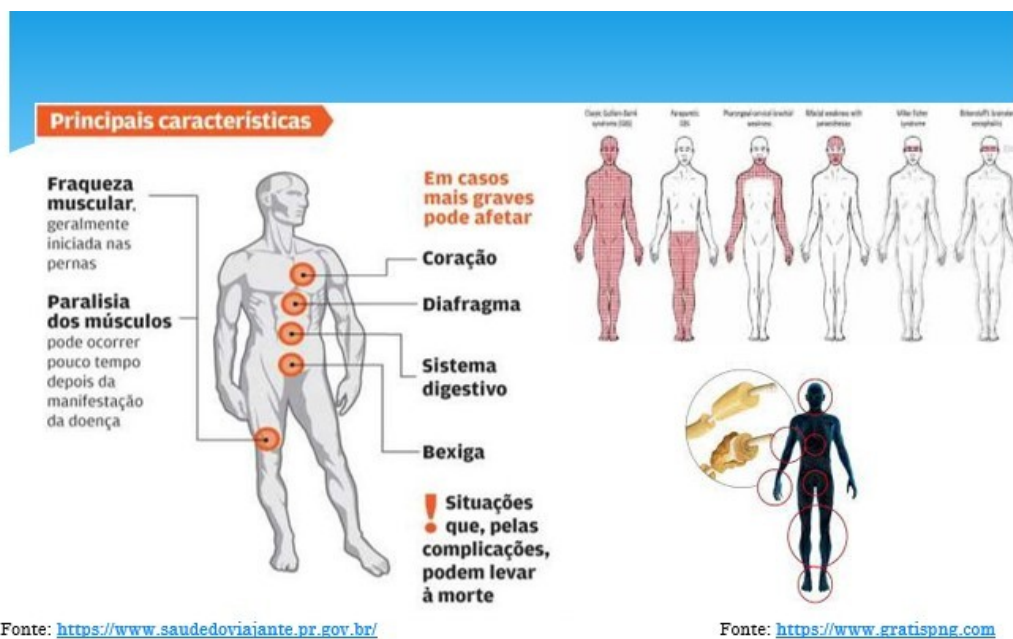
INTRODUÇÃO

A síndrome de Guillain-Barré (SGB) é classificada como uma inflamação, a qual tende a afetar o sistema nervoso e provocar paralisia progressiva. Além disso, é uma doença autoimune, estimulada por vários agentes, como por exemplo, as infecções virais e bacterianas, sendo reconhecida como a principal causa de paralisia flácida entre pessoas internadas em terapia intensiva. Importante ressaltar sua emergência neurológica, com incidência de 1 a 2 casos para cada 100.000 habitantes/ano e há a necessidade de tratamento hospitalar (PORTUGAL, 2015).

Com frequência, a síndrome é precedida por uma infecção, havendo relatos da mesma após vacinação ou trauma, bem como cirurgias. O agente mais comumente que se associa à infecção anterior é a bactéria *Campylobacter jejuni*, seguida de infecções por citomegalovírus, vírus Epstein-Barr, *Mycoplasma pneumoniae*, *Haemophilus influenzae*, vírus da influenza A, hepatite B e E, e vírus da imunodeficiência humana (HIV) (NÓBREGA et al., 2018).

Suas características se iniciam pela fraqueza bilateral e simétrica dos membros com reflexos miotáticos reduzidos ou ausentes, bem como sensação de formigamento e é considerada progressiva e atinge seu ápice entre 12 horas e 28 dias. De uma forma geral, a SGB é oriunda de um processo infeccioso agudo ocorrido dias ou semanas antes dos sintomas neurológicos, sendo ainda, mais frequente em homens (MALTA; RAMALHO, 2020).

De uma forma geral, a fraqueza se inicia nas pernas, além de afetar muitos nervos periféricos por todo o corpo. Quando a doença se encontra em sua fase grave, os músculos da face e da deglutição se tornam fracos em mais da metade das pessoas afetadas. A eletromiografia e os estudos de condução nervosa podem auxiliar o diagnóstico, bem como uma análise do líquido cefalorraquidiano, eletromiografia e estudos de condução nervosa, ressonância magnética (RM), exames de sangue (RUBIN, 2021). (Vide imagem a seguir):



O tratamento da SGB visa o aceleração do processo de recuperação, reduzindo as complicações que são associadas à fase aguda e diminuindo os déficits neurológicos residuais em longo prazo. Tanto a fisioterapia quanto o exercício físico podem auxiliar os pacientes acometidos pela doença, atuando de modo eficaz na melhoria das sequelas persistentes. Nesse sentido, estudos sobre a prática de atividade física para os pacientes mostram sua eficiência se forem aplicados para a melhora das atividades da vida diária (FERNANDES et al., 2021).

A relação da atividade física com a redução da dor se fundamenta na intensidade inadequada a qual o exercício interfere, isso porque, treinamentos realizados com intensidade muito baixa não atingem os efeitos fisiológicos ofertados pelo exercício físico, diminuindo as possibilidades de efeito sobre o quadro algíco (ENCONTRO INTERNACIONAL DE PRODUÇÃO CIENTÍFICA UNICESUMAR, 2015).

Nesse sentido, temos também o treinamento resistido, o qual, juntamente, com a atividade física é altamente recomendado, como finalidades preventivas, bem como terapêuticas para certas doenças. Este possui uma função importante no condicionamento físico, na reabilitação de lesões, bem como no aumento da massa muscular. Algumas variáveis devem ser consideradas com relação ao treinamento resistido, como o número de séries, repetições, intervalos, velocidade, ordem dos exercícios, frequência, amplitude, intensidade, entre outros (BONATTO et al., 2018).

O treinamento realizado com exercícios resistidos é visto como uma atividade que desenvolve e mantém a força, bem como a resistência e a massa muscular. Nesse sentido, tem sido praticado por uma grande variedade de indivíduos com e sem doenças crônicas, pois se encontra associado a mudanças favoráveis em várias funções do corpo. Além de tudo, os exercícios resistidos estimulam a hipertrofia e a coordenação, acarretando uma melhora funcional das atividades de vida diária (JORGE et al., 2009).

Considerado como um método de exercício físico que utiliza resistência sobre as cargas, o treinamento resistido possibilita muitos benefícios a indivíduos que precisam melhorar suas capacidades funcionais. O mesmo possui como principal função o ganho de massa muscular, proporcionando melhor desempenho de atividades cotidianas, autonomia, qualidade de vida e bem-estar (RODRIGUES et al., 2018).

O treinamento resistido atualmente é muito utilizado para a prevenção de doenças, como, por exemplo, a síndrome metabólica. Além disso, é bastante influente nos fatores de risco de pessoas acometidas da síndrome metabólica pois, por meio da diminuição de circunferência abdominal e pressão sanguínea, melhora a sensibilidade à insulina e o perfil lipídico (CANTIERI et al., 2018).

Sousa et al. (2018) ressalta ainda que, o treinamento resistido tende a aumentar a área de secção transversa dos músculos, o que resulta em uma maior força estática e dinâmica, bem como melhora a função muscular. Além disso, influencia de forma positiva os sistemas cardiovascular e respiratório, aumenta o pico de consumo de oxigênio, densidade capilar e a capacidade oxidativa.

Nesse intuito, o objetivo da presente pesquisa foi o de investigar quais são os benefícios da prática do treinamento resistido para os portadores da Síndrome de Guillain-Barré.

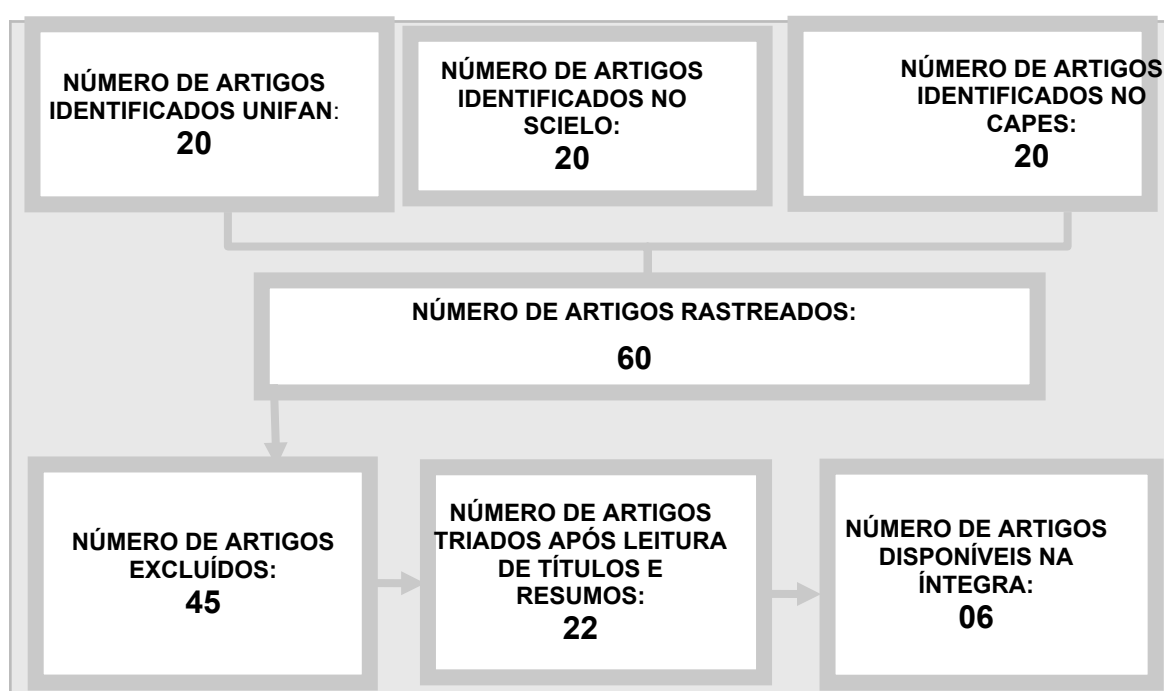
METODOLOGIA

Este estudo trata-se de uma revisão de literatura que, de acordo com Lanzoni e Meirelles (2011) contribui para o processo de análise dos resultados, por visar, a partir de outros estudos independentes, à compreensão de determinado tema, além de permitir também realizar a síntese de múltiplos estudos publicados, possibilitando conclusões gerais a respeito de uma particular área de estudo, ou seja, trata-se de

uma ferramenta potencializada do conhecimento, por produzir um saber através de fundamentações que já existem. A pesquisa foi baseada em dados Online nos bancos científicos *Scientific Eletronic*, *Library Online (Scielo)*, *Google Scholar* e *Sites* específicos de publicações científicas com as palavras chaves: Síndrome de Guillain-Barré, treinamento resistido e qualidade de vida.

Por meio de alguns critérios, foram selecionados artigos publicados de 2009 a 2021, relacionados ao uso de exercício físico para o tratamento de pacientes com SGB, com o intuito de analisar a possibilidade de benefícios com esse tipo de tratamento.

Foram descartadas cartas ao leitor, réplicas, opiniões, comentários e todos que não se encontravam nos critérios, textos abordando direta ou indiretamente o tema proposto, observando testes e casos clínicos em várias fases da síndrome. As pesquisas foram realizadas de janeiro de 2022 a fevereiro de 2022.



Fonte: Produzida pelas autoras da pesquisa - 2022

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Com os artigos selecionados, foi possível perceber que, ainda, há muito a ser estudado para se ter uma certeza de qual seria o melhor tratamento para os portadores da Síndrome, porém algumas pesquisas já denotam que uma das melhores possibilidades vem através da prática da atividade, em específico o treinamento resistido, é o que nos mostra o quadro a seguir:

Tabela 01 – Resumo dos artigos selecionados para a pesquisa

TÍTULO	AUTOR, ANO	OBJETIVO / MÉTODOS	RESULTADOS
Atividade física como terapia não medicamentosa para síndrome de Guillain-Barré	SILVA NETO et al. (2021)	Descrever a atividade física como estratégia terapêutica não medicamentosa no tratamento das polineuropatias sensitivas motoras, especificamente na Síndrome de Guillain Barré.	Estudos sobre a prática de atividade física como estratégia terapêutica não medicamentosa para pacientes com Síndrome de Guillain Barré mostraram ser eficientes quando aplicadas para a melhora das atividades da vida diária, como a locomoção.
Prevenção de encurtamentos musculares em pacientes com a síndrome de Guillain Barré na fase aguda para facilitar o tratamento na fase de recuperação.	RAMOS et al. (2021)	Identificar os efeitos deletérios e maléficos que o imobilismo ocasiona em um paciente acamado, e demonstrar através da literatura científica trabalhos que ressaltam a importância da prevenção das sequelas advindas da imobilização prolongada.	O processo de atrofia muscular esquelética constitui uma resposta do tecido muscular em situações de tensão e/ou de carga mecânica reduzida, na tentativa de manter um funcionamento eficiente e ajustado às novas exigências funcionais.
SÍNDROME DE GUILLAIN BARRÉ: uma abordagem sobre os sintomas e principais formas de tratamento da doença	LIMA e CAVALCANT (2020)	O objetivo deste trabalho foi conhecer os sintomas e as principais formas de tratamento da SGB para que as pessoas acometidas com esta síndrome possam viver com mais qualidade de vida.	Os autores sugerem como satisfatório o efeito da fisioterapia traduzido pelo controle hemodinâmico e ação ventilatória como indicativo de melhora da resistência e força muscular inspiratória na aplicação do treinamento muscular.
Exercício físico para qualidade de vida na síndrome de Guillain-Barré	SOAIGHER et al. (2016)	Verificar o efeito do exercício físico na qualidade de vida na síndrome de Guillain-Barré.	No referente à qualidade de vida, observou-se que após o tratamento houve uma melhora evidente nos aspectos emocionais, sociais, físicos, dor e vitalidade.
Efeito de diferentes protocolos de treinamento contra resistência sobre a força.	PINTO et al. (2011)	Comparar o efeito de dois métodos de treinamento com pesos: 1) protocolo proposto pelo (ACSM 2002) protocolo elaborado pelo professor de Educação Física da academia.	Independente do método, o treinamento com pesos é eficaz no aumento da força muscular de alunos iniciantes em musculação e sua prática deve ser estimulada para a promoção da saúde.
Treinamento		Revisar	Recomenda-se o uso de

resistido progressivo nas doenças musculoesqueléticas crônicas.	JORGE (2009)	os estudos que utilizaram o treinamento resistido progressivo em doenças musculoesqueléticas crônicas e demonstrar a importância da inclusão deste tipo de treinamento na reabilitação destas doenças.	exercícios resistidos progressivos como complemento dos exercícios tradicionais utilizados na reabilitação de doenças musculoesqueléticas crônicas para que seja possível padronizar os protocolos de atendimento, controlando e adequando individualmente a carga, e otimizar os resultados do treinamento.
---	--------------	--	--

Fonte: Produzida pelas autoras da pesquisa - 2022

Silva Neto et al. (2021) em seus estudos, procuraram descrever a atividade física como sendo uma estratégia terapêutica não medicamentosa para o tratamento das polineuropatias sensitivas motoras, de modo específico na Síndrome de Guillain-Barré. Seus estudos mostraram ser eficientes quando aplicados para a melhora das atividades da vida diária, como por exemplo, a locomoção, concluindo assim que, embora eficientes para a aptidão física, não há uma notoriedade na melhora das capacidades físicas. Essa ideia é reforçada por Fleck e Kraemer (2006) que dizem que o treinamento de força é fundamental para reverter a sarcopenia (perda de massa magra), promove um estilo de vida saudável, mais ativo e com qualidade de vida. Esse treinamento, como um grande aliado é capaz de minimizar, prevenir e ou evitar vários dos declínios físicos, incluindo a perda de massa muscular.

Já segundo Ramos et al. (2021), no segundo artigo estudado, procurou identificar os efeitos deletérios e maléficos que o imobilismo ocasiona em um paciente acamado. Seus resultados apontaram que, o processo de atrofia muscular esquelética constitui uma resposta do tecido muscular em situações de tensão e/ou de carga mecânica reduzida, na tentativa de manter um funcionamento eficiente e ajustado às novas exigências funcionais. Alencar e Andrade (2017) abordam este assunto relatando que, o repouso prolongado do paciente pode acarretar sérios agravos à sua saúde, sendo identificados como sequelas/complicações/efeitos deletérios da inatividade, levando a limitações funcionais. Nesse sentido, reforça a ideia da reabilitação, a qual tende a melhorar as funções físicas, intelectuais, psicológicas e/ou sociais, podendo o paciente readquirir capacidades e aprender novas formas de realizar determinadas tarefas.

O treinamento de força é um tipo de exercício que requer que os músculos se movam (ou tentem se mover) contra uma força de oposição, normalmente representada por algum tipo de aparelho. Possibilita um trabalho progressivo onde a intensidade pode ser adaptada de forma individual, os exercícios são pré-determinados e não exigem muita coordenação motora, não existem solavancos e impactos que poderiam causar dor e desconforto, além de possuir recursos para exercitar todo o corpo, proporciona equilíbrio e harmonia entre os grupos musculares. Um programa de treinamento de força planejado adequadamente pode resultar em aumentos significativos na massa muscular com hipertrofia das fibras musculares e no aumento da densidade óssea (FLECK, KRAEMER, 2006).

Lima e Cavalcant (2020) realizou um estudo sobre Guillain-Barré, o qual teve como objetivo conhecer os sintomas e as principais formas de tratamento da SGB. Como resultados, sugerem como satisfatório o efeito da fisioterapia traduzido pelo controle hemodinâmico e ação ventilatória como indicativo de melhora da resistência e força muscular inspiratória na aplicação do treinamento muscular. Achados reforçados por Batista et al. (2021) que em suas premissas ressaltam que, as várias técnicas e métodos da fisioterapia contribuem para a melhoria da qualidade de vida e ganhos motores de pacientes com SGB. Nesse sentido, apontam sobre a importância da cinesioterapia, hidroterapia, exercícios metabólicos, treinos resistidos, alongamentos e técnicas de co-contração no intuito de readaptação do tônus muscular e melhoria da funcionalidade motora.

Soaigher et al. (2016) realizaram um estudo denominado exercício físico para qualidade de vida na síndrome de Guillain-Barré, onde verificaram que, no referente à qualidade de vida, observou-se que após o tratamento houve uma melhora evidente nos aspectos emocionais, sociais, físicos, dor e vitalidade. O que de acordo com Rocha et al. (2017), os programas de reabilitação têm demonstrado resultados variáveis perante o estágio da SGB e das intervenções desenvolvidas, sinalizando para benefícios que vão desde a redução do déficit motor, melhorias na função respiratória, melhor desempenho nas atividades cotidianas, bem como diminuição do tempo médio de recuperação.

Já o estudo de Pinto et al. (2011), sobre o efeito de diferentes protocolos de treinamento contra resistência sobre a força, aponta que, após a comparação do efeito de dois métodos de treinamento com pesos, independentemente do método, é eficaz no aumento da força muscular de alunos iniciantes em musculação e sua

prática deve ser estimulada para a promoção à saúde. Ideia reforçada por Lima et al. (2018) ressaltando a importância da força muscular, a qual é fundamental para a realização de atividades diárias. Níveis adequados de força muscular são importantes para a independência funcional do indivíduo na realização de tarefas rotineiras, laborais, recreativas e desempenho físico. Além disso, baixos níveis de força muscular são associados à osteoporose, síndrome metabólica, infarto do miocárdio, entre outros que prejudicam a saúde do indivíduo.

Em estudos revisados por Jorge (2009) onde foi utilizado o treinamento resistido progressivo em doenças musculoesqueléticas crônicas e que buscaram demonstrar a importância da inclusão deste tipo de treinamento na reabilitação destas doenças, os resultados apontam que, recomenda-se o uso de exercícios resistidos progressivos como complemento dos exercícios tradicionais utilizados na reabilitação de doenças musculoesqueléticas crônicas para que seja possível padronizar os protocolos de atendimento, controlando e adequando individualmente a carga, e otimizar os resultados do treinamento, o que também é apontado por Carvalho e Barella (2021) onde destacam a importância da aplicabilidade de estratégias terapêuticas, bem como as sessões de exercício físico supervisionado, por conta da consequente melhora na capacidade aeróbica, na mobilidade funcional, bem como na qualidade de vida de pacientes.

Existem muitas dúvidas quanto à eficácia dos meios físicos, tanto pelo número insuficiente de estudos quanto pela sua baixa qualidade metodológica. Por outro lado, alguns trabalhos já vêm se preocupando em demonstrar os benefícios e a importância do exercício resistido no tratamento de doentes crônicos com apresentação de bons resultados, principalmente, no que se refere à dor, função e qualidade de vida. (REV. BRAS. REUMATOL, 2009).

Segundo Ko, Ha e Kang (2017), citada por Silva Neto et al (2021), em um paciente de 35 anos acometido com SGB, hospitalizado por três anos. Foram aplicados exercícios resistidos por um período de 12 semanas, por dois dias na semana e duração de 70 minutos. O estudo demonstrou efeitos positivos no desempenho de atividades do dia-a-dia e aptidão muscular do paciente.

Devemos reconhecer a importância do treinamento resistido e recomendar seu uso como complemento dos exercícios terapêuticos tradicionais utilizados em reabilitação musculoesquelética para que se possa padronizar e individualizar os protocolos de atendimento, controlando e adequando a carga. Além disso, tentar

induzir níveis suficientes de ativação neuromuscular a fim de estimular a hipertrofia e o ganho de força muscular. (REV. BRAS. REUMATOL, 2009, p.1-1)

Portanto, é expressiva a importância da atividade física no tratamento da SGB. Notadamente o treinamento resistido, que auxilia o melhor movimento do corpo e fortalecimento dos músculos, pode levar ao retorno às atividades de vida diária, e isso irá depender de um programa de treinamento que atenda as necessidades individuais do paciente, e do acompanhamento de um profissional de Educação física capacitado para tanto.

CONCLUSÃO

Os resultados obtidos nesta pesquisa permitiram concluir que a prescrição de exercícios resistidos para o tratamento de recuperação da SGB, é observada em estudos de casos, que demonstram a eficácia do treinamento de força para o fortalecimento muscular, e exercícios respiratórios de longa duração. Os primeiros músculos sujeitos a fadiga são dos membros inferiores e do tronco, pois exerce uma resistência a gravidade para estabilização do corpo.

Na tabela um, o primeiro estudo propõe exercícios a serem realizados de duas a três vezes por semana, durante 60 a 70 minutos, aumentando a intensidade gradativamente, de acordo com a evolução do quadro do paciente. Sempre atentando a qualquer manifestação de desconforto ou incômodo do paciente. Utilizando grupos musculares diferentes, para não sobrecarregar o que foi afetado pela síndrome. Deve-se importar com o posicionamento adequado dos membros e a postura do paciente durante as atividades.

O fortalecimento dos músculos nos exercícios resistidos é o que possibilita o retorno às práticas simples diárias. Como por exemplo: fortalecer membros superiores e costa (ajudam no movimento de puxar algo para próximo do corpo), fortalecimento de glúteo médio (responsável pela estabilização do quadril), as articulações do joelho, tornozelo e quadril (que auxilia no movimento de sentar e levantar), o fortalecimento da coluna (responsável pela extensão e controle do tronco quando está na posição em pé).

Durante toda a fase da doença, os pacientes passam por diversos momentos, na fase aguda perdem peso, e na recuperação retornam com mais gordura. Esse processo também pode ser evitado com o treinamento resistido, proporcionando perda de peso e adição de massa magra através de uma rotina de exercícios junto com uma alimentação saudável após o período de recuperação.

Sendo assim, observou-se que o treinamento resistido traz benefícios aos portadores da SGC, que vão desde ao bem-estar físico do paciente, até ao retorno de suas atividades diárias. Ficando em aberta a temática para novas pesquisas e comprovações, uma vez que se trata de uma síndrome que precisa ser melhor investigada pela comunidade científica.

REFERÊNCIAS

ALENCAR, Lívia Raquel et al. **Redução das complicações do imobilismo no paciente acamado através da atuação multiprofissional: projeto de intervenção**. Monografia (Especialização em saúde da família e comunidade). 2017. 13 f. Universidade Federal do Piauí, PIAUÍ. Disponível em: <https://ares.unasus.gov.br> >

BATISTA, Isabela et al. **Abordagens fisioterapêuticas na Síndrome de Guillain-Barré: uma revisão integrativa**. Rev. Cient. UBM, Barra Mansa, v.24, p.99-111, 2021. Disponível em: <http://revista.ubm.br/index.php/revistacientifica/article/view/1244>

BONATTO, Francine et al. **Método de treinamento resistido para hipertrofia**. 2018. 13 f. Monografia (Especialização) - Curso de Bodybuilding Coach, Faculdade Assis Gurgacz, Cascavel, 2018. Disponível em: <http://tcconline.fag.edu.br:8080/app/webroot/files/trabalhos/20181108-132911.pdf>. Acesso em: 19 jan. 2022.

CANTIERI, Gabriela Nicolino et al. **Efeitos do treinamento resistido em adultos com síndrome metabólica**. Revista Brasileira de Fisiologia do Exercício, Marília, v. 17, n. 3, p. 185-194, set. 2018. Disponível em: <https://www.portalatlanticaeditora.com.br/index.php/revistafisiologia/article/view/2195/3926>. Acesso em: 05 maio 2022.

CARVALHO, Maurício ; BARELLA, Gilmara Louise. Efeitos do treinamento resistido intradialítico na composição corporal, força muscular periférica e capacidade funcional de pacientes com doença renal crônica: revisão sistemática revista saúde (Sta. Maria). 2021. Disponível em: <https://periodicos.ufsm.br/revistasauade/article/view/64006/45728>

ENCONTRO INTERNACIONAL DE PRODUÇÃO CIENTÍFICA UNICESUMAR, 9., 2015, Maringá. **Efeito da fisioterapia na síndrome de guillain-barré.** Paraná: Unicesumar, 2015. 4 p. Disponível em:

https://rdu.unicesumar.edu.br/bitstream/123456789/3178/1/mateus_dias_antunes_3.pdf Acesso em: 17 jan. 2022.

FERNANDES, Eduardo Vignoto; GOUVÊA-E-SILVA, Luiz Fernando; BOCCHI, Maiara; OLIVEIRA, David Michel de. Atividade física como terapia não medicamentosa para síndrome de guillain-barré. Jataí: Atena, 2021. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/349064753_ATIVIDADE_FISICA_COMO_TERAPIA_NAO_MEDICAMENTOSA_PARA_SINDROME_DE_GUILLAIN-BARRE. Acesso em: 17 jan. 2021.

FLECK, S. J.; KRAEMER, W.J. **Fundamentos do treinamento de força muscular.** 3ª ed. Porto Alegre: Artmed, 2006.

JORGE, Renata Trajano; SOUZA, Marcelo Cardoso de; JONES, Anamaria; LOMBARDI JÚNIOR, Império; JENNINGS, Fábio; NATOUR, Jamil. **Treinamento resistido progressivo nas doenças musculoesqueléticas crônicas.** Rev. Bras. Reumatol., São Paulo, v. 6, n. 49, p. 1-1, dez. 2009. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbr/a/NhxZ8DkgbxdkprkXw7Tqchs/?lang=pt&format=html>. Acesso em: 17 jan. 2022.

LANZONI GMM, MEIRELLES BHS. **Liderança do enfermeiro: uma revisão integrativa da literatura.** Re. Latino-am. Enfermagem. Maio-jun 2011. Disponível em: <http://rlae.eerp.usp.br/>

LIMA, Cássia Lorrany Gonçalves; CAVALCANT, Daniella da Silva Porto. **SÍNDROME DE GUILLAIN BARRÉ: uma abordagem sobre os sintomas e principais formas de tratamento da doença.** Saúde & Ciência em Ação: Revista Acadêmica do Instituto de Ciências da Saúde, Goiânia, v. 6, n. 1, p. 1-15, jun. 2020. Disponível em: <http://revistas.unifan.edu.br/index.php/RevistaICS/article/view/717/478>. Acesso em: 06 fev. 2022.

MALTA, Juliane Maria Alves Siqueira; RAMALHO, Walter Massa. **Aumento das internações por síndrome de Guillain-Barré no Brasil: estudo ecológico.** Scielo, Brasília, v. 4, n. 29, p. 1-11, ago.2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ress/a/RTBJyrzQX33yxGKwfrgGJSK/?format=pdf>. Acesso em: 14 jan. 2022.

NÓBREGA, Martha Elizabeth Brasil da *et al.* **Surto de síndrome de Guillain-Barré possivelmente relacionado à infecção prévia pelo vírus Zika.** Região Metropolitana do Recife, Pernambuco, Brasil, 2015. Epidemiol. Serv. Saúde, Brasília, v. 2, n. 27, p. 1-12, fev. 2018. Disponível em: [https://www.scielo.br/j/ress/a/KvbfHJVgKj9DyfFrp4nymLN/?lang=pt#:~:text=2016%20Dec%3B12\(12\)%3A,da%20imunodefici%C3%A2ncia%20humana%20\(HIV\)](https://www.scielo.br/j/ress/a/KvbfHJVgKj9DyfFrp4nymLN/?lang=pt#:~:text=2016%20Dec%3B12(12)%3A,da%20imunodefici%C3%A2ncia%20humana%20(HIV)). Acesso em: 18 jan. 2022.

PINTO, Fernando César et al. **EFEITO DE DIFERENTES PROTOCOLOS DE TREINAMENTO CONTRA RESISTÊNCIA SOBRE A FORÇA**. Fiep Bulletin, v. 81, Edição especial, artigo 1, 2011. Disponível em :

https://docplayer.com.br/25635003-Efeito-de-diferentes-protocolos-de-treinamento-contr-resistencia-sobre-a-forca.html?_gl=1*2o7bme*_ga*c3AxQ2wxTEZ3Q0ZHR3hmOWFzeEZBV3dNMG4xRk5WanZnMmVtbFIHWFVuekMxeINJanVFZ3RxU2d4dXlwSkxFSw

PORTUGAL, Juana. **Zica pode estar associada ao aumento no número de casos da Síndrome de Guillain Barré**. Fiocruz, São Paulo, v. 1, n. 1, p. 1-3, jun. 2015. Disponível em: https://www.arca.fiocruz.br/bitstream/icict/15795/2/INI_Guillain-Barr%C3%A9_Zika.pdf. Acesso em: 14 jan. 2022.

QUADROS, Letícia Ruebenich de; GRAVE, Magali Teresinha Quevedo. **Fisioterapia em jovem gestante com sequelas pós Síndrome de Guillain-Barré: relato de caso**. Scientia Medica, Lajeado, v. 27, n. 1, p. 1-9, 28 mar. 2017. Disponível em: <https://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/scientiamedica/article/view/25318/15470>. Acesso em: 18 jan. 2022.

RAMOS, Jardson Magno Reis *et al.* **Prevenção de encurtamentos musculares em pacientes com a síndrome de Guillain-Barré na fase aguda para facilitar o tratamento na fase de recuperação**. Portal Biocursos, Goiânia, v. 1, n. 1, p. 1-12, jun. 2021. Disponível em: https://portalbiocursos.com.br/ohs/data/docs/99/75PrevenYYo_de_encurtamentos_musculares_em_pacientes_com_a_sYndrome_de_GuillainBarrY_na_fase_aguda_par_a_facilitar_o_tratamento_na_fase_de_recuperaYYo.pdf. Acesso em: 06 fev. 2022.

ROCHA, Amanda Pereira et al. **Atuação da fisioterapia na reabilitação de paciente com Síndrome de Guillain-Barré**. (Monografia-graduação em Fisioterapia) Faculdades Metropolitanas Unidas, São Paulo. 2017. Disponível em: <https://portalatlanticaeditora.com.br/index.php/fisioterapiabrasil/article/view/886/html>
RODRIGUES, Anderson Luiz Queiroz *et al.* **TREINAMENTO RESISTIDO NA RETARDAÇÃO DO PROCESSO DE SARCOPENIA EM IDOSOS: uma revisão bibliográfica sistematizada**. Revista Uningá, Feira de Santana, v. 55, n. 2, p. 101-116, jun. 2018. Disponível em: <http://revista.uninga.br/index.php/uninga/article/view/774/1688>. Acesso em: 05 maio 2022.

RUBIN, Michael. **Síndrome de Guillain-Barré (SGB)**. 2021. Disponível em: <https://www.msmanuals.com/pt-br/casa/dist%C3%BArbios-cerebrais,-da-medula-espinal-e-dos-nervos/nervo-perif%C3%A9rico-e-dist%C3%BArbios-relacionados/s%C3%ADndrome-de-guillain-barr%C3%A9-sgb> . Acesso em: 14 jan. 2021.

SILVA NETO, Aldeni Ferreira da *et al.* **ATIVIDADE FÍSICA COMO TERAPIA NÃO MEDICAMENTOSA PARA SÍNDROME DE GUILLAIN-BARRÉ**. Fisioterapia e

Terapia Ocupacional: Promoção & Prevenção e Reabilitação, [S.L.], p. 126-135, 8 fev. 2021. Atena Editora. <https://www.atenaeditora.com.br/post-ebook/3829>

SOAIGHER, Katiane Aparecida *et al.* **EXERCÍCIO FÍSICO PARA QUALIDADE DE VIDA NA SÍNDROME DE GUILLAIN-BARRÉ.** In: CONGRESSO BRASILEIRO INTERDISCIPLINAR, 2., 2016, Maringá. Artigo. Maringá: Unisc, 2016. p. 1-2. Disponível em: <https://online.unisc.br/acadnet/anais/index.php/CBIPS/article/view/15978/3870>. Acesso em: 07 fev. 2022.