CONAPICS
DE 19 A 22 DE ABRIL DE 2021
ISBN: 978-65-86861-96-9

TRATAMENTO MILENAR DO YOGA NA MELHORA DA DIABETES MELLITUS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Congresso Online Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde, 2ª edição, de 19/04/2021 a 22/04/2021
ISBN dos Anais: 978-65-86861-96-9

CARVALHO; Ana Vitória da Silva [1], FERNANDES; Ana Luíza Nanci Lobo [2], MOURA; Anna Beatriz Bernardes [3], GONÇALVES; Iasmyn Aparecida [4], MOREIRA; Wagner Elias de Melo [5]

RESUMO

Introdução: O Diabetes Mellitus é um distúrbio metabólico decorrente de defeitos na secreção e ação da insulina. Por ser um dos maiores problemas de saúde pública, tem sido utilizado as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS), como a Yoga por exemplo, por trabalhar o corpo e a mente de forma interligada. **Objetivos:** Verificar a efetividade da Yoga no tratamento da Diabetes. **Método:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, desenvolvida nas bases de dados Pubmed e Lilacs, sendo incluídos artigos de ensaio clínico e revisão sistemática, nos idiomas português, espanhol e inglês, compreendidos na limitação temporal de 2016 a 2020, fazendo uso do operador booleano AND com os descritores Yoga e Diabetes. **Resultados**: Foram utilizados 12 artigos que demonstram que a Yoga em diabéticos pode reduzir o estresse oxidativo, expressão de genes inflamatórios, uso de medicamentos, fatores de risco metabólicos que estão relacionados a obesidade, ansiedade, estresse, e consequentemente a pressão arterial sistêmica. Há ainda a descrição da melhora da capacidade pulmonar, com aumento significativo do volume expiratório forçado, capacidade vital forçada, taxa de pico de fluxo expiratório e ventilação voluntária máxima. A melhora do humor e do estado mental, também são mencionadas como resultados da prática da Yoga em pacientes com essa doença. **Conclusão:** A Yoga mostrou ser eficaz no tratamento da Diabetes, por proporcionar melhora de funções basais, respiratórias e mentais, gerando qualidade de vida em diabéticos. ARUMUGAM, G.; NAGARATHNA, R.; MAJUMDAR, V.; et al. Yoga-based lifestyle treatment and composite treatment goals in Type 2 Diabetes in a rural South Indian set-up a retrospective study. Sci Rep, v. 10, n. 6402, p. 01-10, abr. 2020. INNES, K. E.; SELFE, T. K. Yoga for Adults with Type 2 Diabetes: A Systematic Review of Controlled Trials. J Diabetes Res, v. 2016, p. 01-23, dez. 2016. RODRIGUEZ, J. H.; PUIG, M. E. L. El yoga, una opción para el tratamiento de las personas con diabetes mellitus. Rev Cubana Endocrinol, v. 27, n. 3, p. 91-106, dez. 2016. SREEDEVI, A.; GOPALAKRISHNAN, U. A.; RAMAIYER, L. K.; et al. A Randomized controlled trial of the effect of yoga and peer support on glycaemic outcomes in women with type 2 diabetes mellitus: a feasibility study. BMC Complement Altern Med, v. 17, n. 1, p. 01-08, fev. 2017. VIJAYAKUMAR, V.; MAVATHUR, R., SHARMA, M. N. K.; et al. Reduced Glycemic Variability With Yoga in Patients With Type 2 Diabetes Mellitus: Results of a Pilot Study. J Diabetes Sci Technol, v. 13, n. 4, p. 803-804, mai. 2019.

[1] Acadêmica de Fisioterapia. Centro Universitário de Almeida Neves UNIPTAN, anavitoriacarvalho.av@gmail.com
[2] Acadêmica de Fisioterapia. Centro Universitário de Almeida Neves UNIPTAN, analuizalobofisio@gmail.com
[3] Acadêmica de Fisioterapia. Centro Universitário de Almeida Neves UNIPTAN, beatriz_moura10@hotmail.com
[4] Acadêmica de Fisioterapia. Centro Universitário de Almeida Neves UNIPTAN, myngoncalves@hotmail.com
[5] Fisioterapeuta, wagner.moreira@uniptan.edu.br

PALAVRAS-CHAVE: Diabetes Mellitus. Fisioterapia. Ioga. Terapias Complementares.

[1] Acadêmica de Fisioterapia. Centro Universitário de Almeida Neves UNIPTAN, anavitoriacarvalho.av@gmail.com
[2] Acadêmica de Fisioterapia. Centro Universitário de Almeida Neves UNIPTAN, analuizalobofisio@gmail.com
[3] Acadêmica de Fisioterapia. Centro Universitário de Almeida Neves UNIPTAN, beatriz_moura10@hotmail.com
[4] Acadêmica de Fisioterapia. Centro Universitário de Almeida Neves UNIPTAN, myngoncalves@hotmail.com
[5] Fisioterapeuta, wagner.moreira@uniptan.edu.br