

**Autor(es)**

Sabrina Gomes De Morais

Joyce Vivian Martins Rechieri

Rosana Gonçalves Da Silva

Aline Lopes Moutinho

Silvana De Lima Ribeiro

Bianca Freitas De Souza

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE GOVERNADOR VALADARES

Resumo**Resumo**

A sarcopenia é a perda generalizada e progressiva da força e massa muscular esquelética com o envelhecimento. Com o aumento da população idosa em ritmo acelerado em todo o mundo, torna-se necessário o maior entendimento dos fenômenos associados ao processo de envelhecimento. A sarcopenia tem sido descrita como uma síndrome geriátrica caracterizada pela diminuição global e progressiva da massa e força muscular, podendo causar grandes prejuízos à funcionalidade do idoso, o idoso terá menor qualidade em sua contração muscular, menor força, menor coordenação dos movimentos e provavelmente, maior probabilidade de sofrer um acidente como por exemplo quedas. Os mecanismos envolvidos na sua etiologia e progressão são múltiplos, incluindo alterações na síntese de proteínas, proteólise, diminuição da função neuromuscular, inflamação, estresse oxidativo, alterações hormonais, entre outros. O declínio do sistema muscular cursa com modificações na composição da fibra muscular, com diminuição da inervação, da vascularização, da contratilidade e comprometimento das unidades tendíneas. A sarcopenia é tratada com fortalecimento muscular. A facilitação neuromuscular baseia-se num método de terapia que utiliza a FNP suporta sincronização e coordenação da formação dos movimentos, melhora as atividades da vida diária e qualidade de vida, esta técnica utiliza contrações musculares concêntricas, excêntricas e estáticas, combinadas com resistência facilitadoras e procedimentos classificados como padrões de movimentos diagonais e aplicação de estímulos sensoriais, auditivos, visuais, estímulos proprioceptivos e da pele, levando a um máximo do aparelho neuromuscular, a FNP mostra um efeito positivo sobre a gama ativa e passiva de movimentos, devido ao fato de ser uma técnica de alongamento e fortalecimento dos músculos.