

Exercícios físicos de baixa intensidade ajudam a aliviar a dor por ativação do sistema opióide endógeno

DOL — Dor On Line · Boletim Científico sobre Dor · ISSN 2446-6670

Pesquisadores americanos avaliaram os efeitos de exercícios físicos de baixa intensidade sobre a dor muscular crônica em ratos, e sua possível relação com a ativação do sistema opioide endógeno. Os ratos foram induzidos à prática de exercícios de baixa intensidade por cinco dias consecutivos após a indução da dor muscular crônica por injeção de solução salina ácida no músculo gastrocnêmio, e a hiperalgesia mecânica foi avaliada por meio de filamentos de von Frey. Em um experimento separado, o antagonista opioide naloxone ou solução salina foi administrado sistemicamente antes de cada sessão de exercícios. Os resultados observados sugerem que exercícios físicos de baixa intensidade podem contribuir para alívio da dor muscular crônica e que o provável mecanismo envolvido neste efeito seja a ativação do sistema opioide endógeno. (GRS) Autores e procedência: Maier K. Hoeger Bement, Kathleen A. Sluka - From the Physical Therapy Department, Integrative Neuroscience Research Center, College of Health Sciences, Marquette University, Milwaukee, WI (Hoeger Bement) and the Physical Therapy and Rehabilitation Science Graduate Program, Neuroscience Graduate Program, Pain Research Program, College of Medicine, University of Iowa, Iowa City, IA (Sluka); Nota da redação: O ponto importante deste trabalho é o incentivo à prática de exercícios físicos, os quais podem colaborar de forma sinérgica com o tratamento farmacológico da dor. Referência: Low-intensity exercise reverses chronic muscle pain in the rat in a naloxonedependent manner.

Arch Phys Med Rehabil 2005;86:1736-40.

Fonte: novo.dol.inf.br/materia/exercicios-fisicos-de-baixa-intensidade-ajudam-a-aliviar-a-dor-por-ativacao-do-sistema-opioide-endogeno · Conteúdo do Boletim DOL — Dor On Line. Reprodução permitida mediante citação da fonte.

DOL · DOR ON LINE