

Doença de Parkinson

Sintomas não motores, estresse e equilíbrio autônomo

NÍVEL DE EVIDÊNCIA: PRELIMINAR

2

TRABALHOS

2

POSITIVOS

0

NEUTROS / MISTOS

0

NEGATIVOS

100%

POSITIVOS

Dois estudos-piloto do mesmo grupo italiano (IRCCS Auxologico), com 13 e 14 pacientes e sem grupo de comparação. É o começo de uma linha de pesquisa, não uma evidência consolidada.

COMO A CRIOTERAPIA AJUDA

A exposição ao frio extremo desencadeia uma resposta do sistema nervoso autônomo: cai o tônus simpático (o "acelerador") e sobe o parassimpático (o "freio"), o mesmo eixo que fica desregulado na doença de Parkinson. Em paralelo, os estudos observaram **queda do cortisol** e **aumento da serotonina** — o que pode explicar a melhora relatada em ansiedade, humor e fadiga. A crioterapia entra como **apoio à reabilitação**, nunca no lugar da medicação dopaminérgica.

O QUE OS ESTUDOS ENCONTRARAM

- Após 10 sessões, os índices de variabilidade da frequência cardíaca melhoraram de forma significativa (RR médio, RMSSD e faixa de alta frequência), indicando maior atividade parassimpática.
- A pressão arterial permaneceu estável ao longo do ciclo — nenhum evento adverso foi relatado nos dois estudos.
- Houve redução do cortisol sérico e aumento da serotonina entre a primeira e a última sessão.
- Os questionários mostraram queda nos escores de ansiedade e depressão, com melhora de fadiga e sonolência diurna.
- Os autores descrevem a crioterapia como um possível "acelerador da reabilitação" — o ganho aparece no que a medicação costuma não alcançar: os sintomas não motores.

PROTOCOLO SUGERIDO

Nos dois estudos: 10 sessões de 2 minutos a -110°C , com uma sessão curta de familiarização antes de começar. Um ciclo foi concentrado em 5 dias consecutivos; o outro, distribuído em duas semanas.

IMPORTANTE SABER

Evidência preliminar e limitada. São dois pilotos pequenos (13 e 14 pacientes), do mesmo centro, **sem grupo controle** — parte da melhora pode vir do programa de reabilitação que acompanhava as sessões ou do próprio efeito de participar do estudo. Nada aqui indica efeito sobre os sintomas motores nem sobre a progressão da doença. Quem tem Parkinson faz crioterapia como complemento, com o tratamento neurológico em dia e após a triagem prévia e a validação do protocolo de segurança.

REFERÊNCIAS, RESULTADO & LINKS (2 TRABALHOS)

POSITIVO

Piterà et al., 2026 — Journal of Clinical Medicine (piloto, 14 pacientes, sem controle): cortisol, serotonina e sintomas não motores

<https://doi.org/10.3390/jcm15041602>

POSITIVO

Piterà et al., 2024 — Biomedicines (piloto, 13 pacientes, sem controle): modulação autonômica e variabilidade da frequência cardíaca

<https://doi.org/10.3390/biomedicines12112467>

Legenda: **POSITIVO** benefício demonstrado **NEUTRO/MISTO** sem efeito claro **NEGATIVO** sem benefício onde se esperava