

### **\*Exercícios Faciais\***

O real valor da Fisioterapia pode não ter sido demonstrado em vários estudos, mas parece ter efeito benéfico no sentido de evitar deformidades e manter a flexibilidade e a elasticidade muscular durante o período de paralisia. Exercícios específicos podem ser indicados quando se observa esboço de movimento da musculatura envolvida. Estes não interferem na velocidade de recuperação, mas podem melhorar a função. As figuras que se seguem demonstram exemplos de alguns dos exercícios faciais que podem ser feitos enquanto durar a paralisia.



*“Unir as Sobrancelhas”*: Este exercício tem como principal objetivo reforçar o músculo Supraciliar. Para isto, pede-se ao doente que, olhando para o espelho, tente unir as sobrancelhas, resistindo à força (resistência) exercida pelo Fisioterapeuta na região do músculo em questão. O Fisioterapeuta, antes que o doente execute o movimento, dá um estímulo, na região do músculo em causa, no sentido contrário ao do movimento pedido.



*“Enrugar a Testa”*: Este exercício tem como principal objetivo reforçar o músculo Supraciliar. Para isto, pede-se ao doente que, olhando para o espelho, tente juntar as sobrancelhas à parte superior do nariz, enrugando a testa, resistindo à força (resistência) exercida pelo Fisioterapeuta na região do músculo em questão. O Fisioterapeuta, antes que o doente execute o movimento, dá um estímulo, na região do músculo em causa, no sentido contrário ao do movimento pedido.



*Dr. Fabio Guedes*  
Cirurgia Oral e Maxilofacial



**“Elevar as Sobrancelhas”**: Este exercício tem como principal objetivo reforçar o músculo Frontal. Para isto, pede-se ao doente que, olhando para o espelho, tente levantar as sobrancelhas, resistindo à força (resistência) exercida pelo Fisioterapeuta na região do músculo em questão. O Fisioterapeuta, antes que o doente execute o movimento, dá um estímulo, na região do músculo em causa, no sentido contrário ao do movimento pedido.



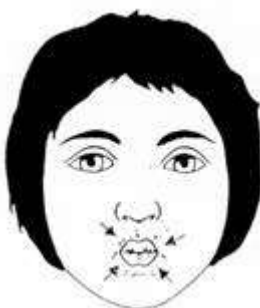
**“Fechar os Olhos Abruptamente”**: Este exercício tem como principal objetivo reforçar os músculos Supraciliar e Orbicular das Pálpebras. Para isto, pede-se ao doente que, olhando para o espelho, tente fechar os olhos com força, resistindo à força (resistência) exercida pelo Fisioterapeuta na região lateral de ambos os olhos. O Fisioterapeuta, antes que o doente execute o movimento, dá um estímulo, na região do músculo em causa, no sentido contrário ao do movimento pedido.



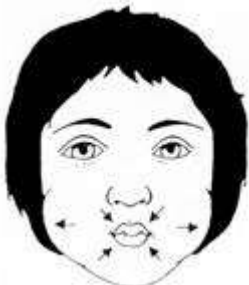
**“Sorrir”**: Este exercício tem como principal objetivo reforçar o músculo Risorius. Para isto, pede-se ao doente que, olhando para o espelho, tente sorrir sem mostrar os dentes, resistindo à força (resistência) exercida pelo Fisioterapeuta na região lateral dos lábios. O Fisioterapeuta, antes que o doente execute o movimento, dá um estímulo, na região do músculo em causa, no sentido contrário ao do movimento pedido.



**“Mostrar os Dentes”**: Este exercício tem como principal objetivo reforçar os músculos Risorius e Quadrado do Mento. Para isto, pede-se ao doente que, olhando para o espelho, tente sorrir mostrando os dentes, resistindo à força (resistência) exercida pelo Fisioterapeuta na região lateral dos lábios. O Fisioterapeuta, antes que o doente execute o movimento, dá um estímulo, na região do músculo em causa, no sentido contrário ao do movimento pedido.



**“Assobiar”**: Este exercício tem como principal objetivo reforçar os músculos Bucinador, Orbicular dos Lábios e Quadrado do Mento. Para isto, pede-se ao doente que, olhando para o espelho, tente fazer o movimento como se fosse assobiar, resistindo à força (resistência) exercida pelo Fisioterapeuta na região lateral dos lábios. O Fisioterapeuta, antes que o doente execute o movimento, dá um estímulo, na região do músculo em causa, no sentido contrário ao do movimento pedido.



**“Encher a Boca de Ar”**: Este exercício tem como principal objetivo reforçar os músculos Bucinador, Orbicular dos Lábios e Quadrado do Mento. Para isto, pede-se ao doente que, olhando para o espelho, tente encher a boca de ar, resistindo à força (resistência) exercida pelo Fisioterapeuta na região lateral dos lábios. O Fisioterapeuta, antes que o doente execute o movimento, dá um estímulo, na região do músculo em causa, no sentido contrário ao do movimento pedido.



**“Depressão do Lábio Inferior”:** Este exercício tem como principal objetivo reforçar os músculos Orbicular dos Lábios e Quadrado do Mento. Para isto, pede-se ao doente que, olhando para o espelho, tente puxar o lábio inferior para baixo, resistindo à força (resistência) exercida pelo Fisioterapeuta na região do queixo. O Fisioterapeuta, antes que o doente execute o movimento, dá um estímulo, na região do músculo em causa, no sentido contrário ao do movimento pedido.