

EXERCÍCIO FÍSICO AERÓBIO PARA PROMOÇÃO DA SAÚDE DE PACIENTES COM DOENÇA DE ALZHEIMER

Marcelo Garuffi¹
Angelica Miki Stein¹
Flávia Gomes de Mello Coelho¹
Grazielli Silva Tubero¹
Julimara Gomes dos Santos¹
Jessica Rodrigues Pereira¹
Larissa Pires de Andrade¹
Renata Valle Pedroso¹
Thays Martins Vital¹
José Luiz Riani Costa¹

Introdução: Sabe-se que a prática regular e sistematizada de atividade física é uma eficiente estratégia para evitar a deterioração cognitiva e funcional associada à Doença de Alzheimer (DA), uma doença progressiva, degenerativa e irreversível. Na população idosa os benefícios observados com a prática de exercícios físicos aeróbios já se encontram bem estabelecidos, contudo pouco ainda se sabe quanto à prática deste tipo de atividade em pacientes com DA. Em estudos realizados com modelo animal pode-se observar que o exercício físico aeróbio foi capaz de reduzir os níveis da proteína β -amilóide, sendo esta uma proteína característica da DA, que provoca degeneração no cérebro dos pacientes. A redução dos marcadores característicos da doença pode promover benefícios para os pacientes. **Objetivos:** Promover a prática de exercícios físicos para promoção/manutenção da saúde de pacientes com DA. **Métodos:** O estudo está sendo desenvolvido no PRO-CDA (Programa de Cinesioterapia Funcional e Cognitiva em Idosos com Doença de Alzheimer), projeto de Extensão do Departamento de Educação Física da UNESP – Campus Rio Claro, vinculado ao Núcleo Local UNESP-UNATI. O projeto atende atualmente 34 pacientes, divididos em dois grupos: Grupo Convívio Social e Grupo Exercício. O primeiro tem por objetivo desenvolver a adaptação do paciente à rotina do projeto. Já o segundo grupo busca promover os benefícios observados com a prática de atividade física nos pacientes participantes. Ambos os grupos realizam atividades três vezes na semana, com 60 minutos de duração cada sessão. O projeto conta com a participação de alunos de graduação, dos cursos de educação física, pedagogia e biologia, bem como discentes de pós-graduação da UNESP, além de aprimorandos graduandos e graduados dos cursos de educação física, fisioterapia, gerontologia e psicologia de outras universidades, que atuam sob a coordenação de docentes vinculados ao Departamento de Educação Física e de Educação. **Resultados:** Por se tratar de um protocolo de intervenção motora iniciado recentemente, o presente estudo ainda não apresenta resultados. Contudo protocolos de atividade física desenvolvidos anteriormente no PRO-CDA evidenciam melhora na realização de atividades de vida diária, manutenção das funções cognitivas, qualidade de vida e redução dos distúrbios de comportamento nos pacientes participantes. Espera-se que o protocolo de exercício físico aeróbio possa influenciar positivamente os participantes do projeto, com melhora na qualidade de vida, tanto de pacientes como de cuidadores, redução de sintomas depressivos, melhora dos distúrbios do sono e da condição motora. **Agradecimentos:** PROEX-UNESP, FUNDUNESP, UNESP-UNATI.

¹ Unesp - Instituto de Biociências de Rio Claro