



### EXERCÍCIO FÍSICO COMO INTERVENÇÃO NO TRATAMENTO DA DOENÇA DE PARKINSON EM IDOSOS: REVISÃO SISTEMÁTICA

#### Resumo

SILVA, Tarciane Moreira da  
SCHEMBERG, Marcia Marques da Silva  
PRADO, Crisley Vanessa (Orientadora)

Com o aumento da longevidade, a população idosa mundial vem crescendo consideravelmente nos últimos anos. A partir disso, amplia-se também o número de doenças crônicas associadas ao envelhecimento, dentre elas a Doença de Parkinson (DP), a qual é expressa de forma crônica e progressiva. Indivíduos com esta patologia apresentam déficits motores na marcha, postura e equilíbrio. Neste sentido, considerando os processos de perdas próprios do envelhecimento e as possibilidades de prevenção, manutenção e reabilitação de seu estado de saúde, o exercício físico pode contribuir para melhoria da qualidade de vida dos idosos em geral, possibilitando que estes exerçam por mais tempo sua independência e autoconfiança. Sendo assim, o objetivo principal é investigar os benefícios do exercício físico no tratamento da DP na população idosa. A pesquisa adotou como estratégias metodológicas a revisão sistemática, a qual é norteada pelo Método PRISMA, utilizando como instrumentos artigos científicos buscados no banco de dados da Medline e Lilacs, disponíveis no portal de periódicos da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). Os descritores utilizados foram: atividade física e doença de *Parkinson*, exercício de força e doença de *Parkinson*, exercício aeróbico e doença de *Parkinson* e exercício físico e doença de *Parkinson*. Dos 329 artigos encontrados, apenas 6 atenderam aos critérios de inclusão. Diante dos artigos analisados, os principais resultados apresentados pelos protocolos de exercícios foram: Maior torque de flexores dorsais  $f=7,93$ ;  $p=0,008$ ), aumento na velocidade da marcha ( $0,11$  m/s;  $p=0,0028$ ), aumento no escore da UPDRS total ( $p = 0,007$ ) e no nível de atividade física realizada pelos indivíduos ( $p < 0,0001$ ) após o programa de treinamento. A FC em repouso diminuiu  $74,1(p=0,001)$ , FC exercida diminuiu  $105,0$  ( $p=0,003$ ), resistência muscular aumentou  $23,6$  ( $p=0,001$ ) a flexibilidade também aumentou  $22,4$  ( $p=0,002$ ). Na função executiva da pessoa afetada pela DP houve benefício na memória de trabalho espacial  $33,8$  para  $25,40$ , influência verbal  $40,27$  para  $46,40$ , demonstrando benefícios específico do exercício para FE em pessoas afetadas pela DP. Esta pesquisa encontra-se em fase de análise dos dados, sendo assim, ainda não apresenta conclusão.

**Palavras-chave:** doença de parkinson; atividade física; exercício aeróbico; exercício de força.