



## 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 na análise dos dados, sendo assim, ainda não apresenta conclusão.

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