

VIII SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA

XXVI Semana de Iniciação Científica da URCA

04 a 09 de dezembro de 2023

Tema: "INTERIORIZAÇÃO DA CIÊNCIA E REDUÇÃO DE ASSIMETRIAS: O PAPEL DOS PIBIC'S COMO EXPERIÊNCIA DE ARTICULAÇÃO DA PESQUISA NA GRADUAÇÃO E NA PÓS GRADUAÇÃO"



A INFLUÊNCIA DA ATIVIDADE FÍSICA NA REDUÇÃO DA PROGRESSÃO DA DOENÇA DE ALZHEIMER EM IDOSOS: UMA REVISÃO NARRATIVA

Lízia Samyra Gomes da Silva Amorim¹, Caroline de Souza Coutinho², Cícero Luyan de Souza Santana³, Igor Victor Xavier Bezerra⁴, Raiane Nunes de Lima⁵, Ana Carolina Guimarães de Azevedo Nobre de Oliveira⁶

Resumo: A Doença de Alzheimer (DA) é uma patologia neurodegenerativa que compromete o processo natural e gradativo do envelhecimento humano, caracterizada pelo acúmulo de placas amiloides e emaranhados neurofibrilares por alterações bioquímicas nas proteínas beta-amiloide e TAU. Se apresenta com diminuição insidiosa do domínio cognitivo resultando em declínios motores, comportamentais e psiquiátricos que levam à perda da autonomia e ao prejuízo das Atividades de Vida Diárias (AVDs) no idoso. Nesse sentido, atividade física, alinhada à terapia farmacológica, pode ajudar no retardo dessas neurodegenerações, de modo a promover maior qualidade de vida aos idosos afetados por essa doença. Objetiva-se discutir o impacto da atividade física na redução dos declínios cognitivos e melhora na função motora dos idosos com Doença de Alzheimer. Trata-se de uma revisão narrativa da literatura sobre a influência da atividade física no retardo da progressão da DA em idosos, sendo a busca realizada no mês de novembro de 2023 nas bases de dados LILACS e MEDLINE, via Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). Foram usados para pesquisa os descritores "idoso", "atividade física" e "Alzheimer", com emprego do operador booleano AND, sendo incluídos estudos dos últimos 5 anos, com textos completos e disponíveis no idioma português, resultando em 5 artigos dos quais, após leitura dos títulos e dos resumos, apenas 4 estudos apresentaram relevância significativa para o tema proposto. A atividade física (AF) entra nesse cenário como moduladora dessa degeneração. Nos estudos selecionados, todas as modalidades de AF mostraram-se eficazes na redistribuição do fluxo sanguíneo para o córtex e para o hipocampo, o que reduz o depósito de placas amiloides e a fosforilização da proteína TAU nessas regiões cerebrais, interferindo assim nos mecanismos fisiopatológicos da Doença de Alzheimer. Além disso, obtém-se significativa mobilidade e evita a perda de massa muscular, auxiliando o idoso a realizar atividades cotidianas como se sentar e se

¹ Universidade Regional do Cariri, email: lizia.amorim@urca.br

² Universidade Regional do Cariri, email: caroline.coutinho@urca.br

³ Universidade Regional do Cariri, email: luyan.santana@urca.br

⁴ Universidade Regional do Cariri, email: victor.xavier@urca.br

⁵ Universidade Regional do Cariri, email: raiane.nunes@urca.br

⁶ Instituto de Assistência Médica ao Servidor Público Estadual de São Paulo, email: dracarolinadomiciliar@gmail.com

VIII SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA

XXVI Semana de Iniciação Científica da URCA

04 a 09 de dezembro de 2023

Tema: "INTERIORIZAÇÃO DA CIÊNCIA E REDUÇÃO DE ASSIMETRIAS: O PAPEL DOS PIBIC'S COMO EXPERIÊNCIA DE ARTICULAÇÃO DA PESQUISA NA GRADUAÇÃO E NA PÓS GRADUAÇÃO"



levantar sozinho. Portanto, ao contrário da inatividade que leva o idoso a apresentar síndrome de imobilidade, diferentes tipos de atividades físicas, como exercícios de força, caminhadas dentro de casa e movimentos passivos em pacientes já acamados por DA grave, podem melhorar e/ou manter a capacidade funcional do idoso. Esse resultado positivo é alcançado por retardarem os declínios clínicos gerados pela doença, implicando maior autonomia e qualidade de vida com melhora nos resultados do Mini Exame do Estado Mental (MEEM) dessa população.

Palavras-chave: Atividade Física. Envelhecimento. Idoso. Doença de Alzheimer.