



Nível de atividade física influencia aptidão aeróbia e indica menor frequência de sintomas depressivos em idosos com Doença de Alzheimer

SILVA, M.F.<sup>1</sup>; STEIN, A.M.<sup>1</sup>; VITAL-SILVA, T.M.<sup>1,2</sup>; COELHO, F.G.M.<sup>1,3</sup>; PEREIRA, J.R.<sup>1</sup>; SANTOS-GALDURÓZ, R.F.<sup>1,4</sup>.

<sup>1</sup> Instituto de Biociências, UNESP, Universidade Estadual Paulista, Rio Claro/SP

<sup>2</sup> Instituto Federal Goiano- Campus Avançado Hidrolândia/ GO

<sup>3</sup> Programa de Pós-Graduação em Educação Física, Universidade Federal do Triângulo Mineiro, Uberaba/MG

<sup>4</sup> Centro de Matemática, Computação e Cognição, UFABC, Universidade Federal do ABC, Santo André/SP

A doença de Alzheimer (DA) é o tipo mais comum de demência, caracterizada por déficits cognitivos decorrentes de um processo neurodegenerativo. Idosos com DA geralmente possuem baixos níveis de atividade física, o que pode acarretar várias complicações, como diminuição das funções executivas, dos componentes da capacidade funcional e aumento da presença de sintomas depressivos. Portanto, o nível de atividade física pode ser considerado um dos indicadores para caracterizar o perfil de atividade física dos idosos com DA. O objetivo deste trabalho foi comparar as funções executivas, sintomas depressivos e a aptidão aeróbia de acordo como nível de atividade física de idosos com DA. O nível de atividade física foi mensurado por meio do Questionário Baecke Modificado para Idosos (QBMI), e a amostra foi dividida em tercil de acordo com o escore obtido no questionário. Os dados a seguir são referentes a 22 idosos de um total inicial de 33 idosos com diagnóstico de DA. Onze idosos com DA foram classificados com menor nível de atividade física (primeiro tercil; T1/3=1,6 pontos) e 11 idosos com DA, classificados com maior nível de atividade física (terceiro tercil T3/3 = 2,6 pontos). A média de idade da amostra foi de  $77 \pm 6,82$  anos,  $4 \pm 5,53$  anos de escolaridade e  $21 \pm 4,44$  pontos no Mini Exame do Estado Mental. A função executiva foi mensurada pelo Teste do Desenho do Relógio; os sintomas depressivos foram avaliados pela Escala Geriátrica de Depressão; e para verificar a aptidão aeróbia foi realizado pelo teste incremental em esteira ergométrica em que foi registrado o tempo total de permanência no teste. A comparação entre os grupos com menor e maior nível de atividade física foi realizada pelo teste t de *Student* para amostras independentes e teste de U-Mann Whitney, levando em consideração a natureza dos dados, sendo adotado  $p < 0,05$  para toda as análises. Os resultados apontaram diferença significativa entre os grupos com menor nível de atividade e maior nível de atividade física para os sintomas depressivos ( $p = 0,02$ ). Idosos com DA com maior nível de atividade física possuíam menor frequência de sintomas depressivos quando comparados aos idosos do grupo com menor nível de atividade física. Em relação à aptidão aeróbia, os resultados indicaram uma tendência à diferença em relação ao tempo total de permanência no teste incremental ( $p = 0,07$ ). O grupo com maior nível de atividade física teve um desempenho superior neste teste. Em relação às funções executivas, os resultados não apontaram diferença significativa entre os grupos de idosos. Idosos com DA com maior nível de atividade física possuem menor incidência de sintomas depressivos, além de aptidão física ligeiramente superior quando comparados a idosos com DA com menor nível de atividade física. Portanto, os resultados apontam que a adoção de um estilo de vida ativo pode contribuir para a promoção de saúde e qualidade de vida no processo da DA.

E-mail: marina.frsl@gmail.com