



EFICÁCIA DE UM PROTOCOLO DE EXERCÍCIO FÍSICO AERÓBICO COMO TRATAMENTO COMPLEMENTAR NA PSEUDODEMÊNCIA: RELATO DE CASO

CAROLINA ALVES DE MORAES NICOLAU; GUSTAVO BARONI ARAUJO; BRUNO MARSON MALAGODI; HELIO SERASSUELO JUNIOR

Introdução: A pseudodemência, frequentemente relacionada à depressão, apresenta sintomas cognitivos que podem ser confundidos com os da demência. Sabe-se que o exercício físico aeróbico (EFA) têm sido cada vez mais indicado como terapia complementar em condições psiquiátricas. Assim, combinar intervenções psicossociais e físicas são estratégias que visam garantir maior eficácia no tratamento de para pacientes com pseudodemência. **Objetivo:** Investigar a eficácia de um protocolo de EFA como tratamento complementar para a pseudodemência. **Relato de caso:** J.A.F., sexo masculino, brasileiro, 65 anos, insuficientemente ativo, foi encaminhado a um psiquiatra pelo filho, apresentando sintomas de tristeza profunda, apatia, cansaço, insônia e esquecimento. O paciente respondeu a Escala de Depressão de Beck (BDI), que indicou níveis moderados de depressão (valor 18), e obteve 26 pontos no Mini Exame do Estado Mental (MEEM). Após avaliação psiquiátrica, J.A.F. recebeu diagnóstico de depressão moderada, e tratamento com 10 mg diárias de escitalopram. Como terapia complementar ao tratamento farmacológico, o paciente foi submetido a um protocolo de ciclismo estacionário de intensidade moderada (autorreferida) supervisionado por um profissional de Educação Física, em uma academia de musculação. Após 12 semanas de treinamento aeróbico contínuo, realizado três vezes por semana, com duração de aproximadamente 60 minutos. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Estadual de Londrina sob o parecer nº de CAAE: 81566824.7.0000.5231. J.A.F. realizou os mesmos exames após as 12 semanas (BDI e MEEM). Os resultados evidenciaram uma redução dos níveis de depressão (valor 7) e melhora do MEEM 28 pontos. Além disso, houveram melhorias nos sintomas clínicos, incluindo memória, função executiva e habilidades para realizar atividades de vida diária, evidenciado pela redução da escala de *Pfeffer* de 7 para 3 pontos. **Conclusão:** O EFA apresentou-se como uma estratégia eficaz de terapia complementar para J.A.F. A implementação de EFA pode contribuir para a recuperação e tratamento de pacientes que apresentam condição semelhante a de J.A.F. Destaca-se a importância de que os profissionais de saúde que atuam com populações idosas sejam incentivados a integrar programas de exercícios físicos como parte do manejo terapêutico para pacientes que apresentam essa condição.

Palavras-chave: **SAÚDE MENTAL; PSIQUIATRIA; ATIVIDADE FÍSICA; EDUCAÇÃO FÍSICA; SAÚDE DO IDOSO**