



EFEITOS DE EXERCÍCIOS FÍSICOS COMO TERAPIA NÃO FARMACOLÓGICA EM PACIENTES COM DOENÇA DE PARKINSON: UMA REVISÃO DE LITERATURA

KARINE NAVA JAEGER; GLENDA LUÍSA VIEIRA; MARILÍA FERNANDA VIEIRA; ARTHUR FLECK ZAMBERLAN; LORENZO GABRIEL DE AZEVEDO VIERA

Introdução: Um dos grandes desafios do envelhecimento populacional é a criação de estratégias para manter a qualidade de vida nos idosos, os quais apresentam uma elevada prevalência de doenças crônicas incapacitantes, entre elas a Doença de Parkinson (DP). A DP é uma das principais condições neurodegenerativas, sendo a segunda mais comum. Os principais sinais motores incluem rigidez, bradicinesia e tremor de repouso. Ademais, a DP pode manifestar-se através de sintomas não motores, como depressão, alterações cognitivas e distúrbios autonômicos. Portanto, é preciso um atendimento multidisciplinar com o objetivo de atenuar as adversidades que o idoso com a DP esteja vivenciando, assim, englobar a prática de exercícios físicos terapêuticos. **Objetivo:** O objetivo é analisar o impacto da prática de exercícios físicos na qualidade de vida de pacientes com DP. **Metodologia:** Este estudo foi realizado em bases de dados científicos, focando em aspectos relacionados ao tratamento não farmacológico na DP. Os termos de busca incluíram palavras-chave como “inovação”, “abordagem terapêutica” e “exercícios na DP”. A seleção de artigos abrangeu revisões, ensaios clínicos randomizados e trabalhos publicados a partir de 2016. A escolha dos estudos foi considerando a relevância para os objetivos específicos desta revisão de literatura. **Resultados:** Os estudos analisados indicam uma tendência convergente ao reconhecer que o exercício físico regular oferece diversos benefícios para indivíduos com a DP. Essa prática demonstrou melhorias significativas na resistência muscular, marcha, equilíbrio, postura corporal, plasticidade neural, coordenação motora e função cardiorrespiratória. Ademais, foi visto aumento da força, amplitude de movimento e a redução de queixas, do receio de quedas e, ainda, observa-se uma melhoria na qualidade de vida. Nesse contexto, a abordagem visa manter ou ampliar a independência funcional nas atividades de vida diária e funcionais, buscando reintegrar o paciente na sociedade. **Conclusão:** A prática de exercícios físicos, sob supervisão profissional, destaca-se como uma abordagem integral e benéfica para indivíduos com a DP. Além de melhorar aspectos motores e psicológicos, essa estratégia promove independência funcional, previne complicações e contribui significativamente para uma melhor qualidade de vida. A incorporação do exercício físico regular surge como um pilar essencial no cuidado abrangente desses pacientes.

Palavras-chave: Qualidade de vida, Doença de parkinson, Autonomia, Supervisão, Independência funcional.