

A INFLUÊNCIA DA PRÁTICA DE EXERCÍCIO FÍSICO REGULAR NA DOENÇA DE PARKINSON: UMA REVISÃO DE LITERATURA NARRATIVA

ANA MARIA OLIVEIRA DE SOUSA MARINHO; GLENDA MARIA DIÓGENES SANTIAGO DE LIMA; JÚLIO CÉSAR CLAUDINO DOS SANTOS; JÚLIA ALMEIDA CASSIANO

Introdução: A doença de Parkinson (DP) é conceituada como um distúrbio neurodegenerativo do movimento, de caráter crônico e progressivo, com alta prevalência na população idosa. O processo de senescência em idosos com a doença de Parkinson pode provocar distúrbios de marcha com mais incapacidades funcionais do que quando comparados a idosos sem a doença. Assim, a inclusão da prática de exercícios físicos pode ser utilizada como recurso para mitigar os efeitos deletérios na marcha desses pacientes. **Objetivos:** Avaliar a influência da prática de atividade física regular no retardo da evolução dos distúrbios de mobilidade na doença de Parkinson. **Metodologia:** Foi realizada uma revisão de literatura narrativa por meio da pesquisa e leitura de artigos publicados nas bases de dados Pubmed, Lilacs e Embase, nos últimos cinco anos. Foram incluídos os estudos que preencheram os critérios de inclusão. Os termos utilizados para a pesquisa foram selecionados de acordo com o sistema de Descritores de Ciências da Saúde (DeCS). **Resultados:** Foram selecionados onze artigos baseados nos critérios de inclusão e exclusão. Foi possível observar nesta revisão que a prática de atividade física regular (de pelo menos 20 minutos/semana) é segura e foi associada a um declínio mais brando de marcha nos pacientes com diagnóstico de DP. **Conclusão:** Os estudos apresentados nesta revisão demonstram, majoritariamente, resultados positivos significativos na melhora da marcha e do equilíbrio funcional de pacientes com DP após implementação de exercícios físicos em sua rotina. Porém, ainda destaca-se a necessidade de mais trabalhos que abordem e investiguem os efeitos da prática precoce de tais atividades após a confirmação do diagnóstico da doença.

Palavras-chave: Doença de parkinson, Exercício, Saúde, Distúrbios motores, Exercício físico.