

Atividade física e estado evolutivo da demência de idosos com doença de Alzheimer: percepção e sobrecarga do cuidador

Giovana Zarpellon Mazo¹, Paula Fabricio Sandreschi², Alessandra Swarowsky Martin³

Palavras-chave: Palavras-chave: Idoso, atividade física, Alzheimer.

Objetivo: comparar a prática de atividade física (AF) e o estado evolutivo da demência de idosos com Alzheimer com a sobrecarga do cuidador. *Métodos:* trata-se de uma pesquisa descritiva, tendo como sujeitos 13 idosos com a doença de Alzheimer e seus respectivos cuidadores. Utilizou-se para a coleta de dados: ficha diagnóstica, para caracterização dos participantes e verificar se praticavam ou não AF; Escala de Avaliação Clínica da Demência (CDR), para identificar o grau evolutivo da demência e questionário Zarit, para estimar o nível de sobrecarga dos cuidadores. *Resultados:* As cuidadoras possuíam em média $56 \pm 7,3$ anos de idade, eram do sexo feminino e a maioria estudou de 9 a 12 anos. Foi verificado que a maioria dos idosos residia com o seu cuidador, e que a tarefa de cuidar era desempenhada principalmente pelas filhas. Já os idosos, possuíam média de idade de $78,92 \pm 9,77$ anos; a maioria era do sexo feminino, tinha baixa escolaridade e não praticava AF. Apenas 4 idosos realizavam caminhada, com frequência de cinco vezes na semana. Quanto à comparação da prática de AF e do estado evolutivo da demência com o nível de sobrecarga do cuidador, constatou-se que o nível de sobrecarga apresentou diferença significativa entre os cuidadores de idosos praticantes e não praticantes de atividade física; ou seja, idosos com Alzheimer praticantes de atividade física possuem cuidadores menos sobrecarregados em relação àqueles que não praticam. *Conclusões:* Idosos com Alzheimer que praticam atividade física sobrecarregam menos os seus cuidadores, demonstrando com isto a importância desta prática.

¹ Orientador, Professor do Departamento de Educação Física CEFID-UDESC – giovana.mazo@udesc.br

² Acadêmica do Curso de Educação Física CEFID-UDESC, bolsista de iniciação científica PIBIC/CNPq

³ Professor Participante do Departamento de Fisioterapia CEFID-UDESC