

674 - EFEITOS DE UM PROGRAMA DE ATIVIDADE FÍSICA PARA CUIDADORES DE PACIENTES COM DOENÇA DE ALZHEIMER - Marcelo

Garuffi - Bolsista - Graduando Ed. Física (Instituto de Biociências, UNESP, Rio Claro), Salma Sthephany Soleman Hernández (Instituto de Biociências, UNESP, Rio Claro), Thays Martins Vital (Instituto de Biociências, UNESP, Rio Claro), Angelica Miki Stein (Instituto de Biociências, UNESP, Rio Claro), Danilla Icassatti Corazza (Instituto de Biociências, UNESP, Rio Claro), Marcelo Rocha Soares (Instituto de Biociências, UNESP, Rio Claro), Larrisa Pires de Andrade (Instituto de Biociências, UNESP, Rio Claro), Flávia Gomes de Melo Coelho - Supervisora (Instituto de Biociências, UNESP, Rio Claro), José Luiz Riani Costa - Docente Coordenador (Instituto de Biociências, UNESP, Rio Claro), Florindo Stella - Orientador (Instituto de Biociências, UNESP, Rio Claro) - marcelo.garuffi@gmail.com

Introdução: Em decorrência ao aumento da expectativa de vida da população mundial é cada vez maior o número de casos de doenças crônico-degenerativas, sendo também maior o número de pacientes com suspeitas de demências. A Doença de Alzheimer (DA) é a causa mais comum de demência em idosos, acomete 6% da população a partir dos 65 anos de idade. Em paralelo ao aumento dos casos de idosos com DA cresce também o número de cuidadores afetados pelos cuidados diários que o idoso demanda. É bastante relatada a sobrecarga de cuidadores de idosos com demência, em especial a DA, devido ao alto nível de estresse e cuidados exigidos. Deste modo, o Programa de Cinesioterapia Funcional e Cognitiva em Idosos com Doença de Alzheimer (PRO-CDA), desenvolve, através da participação de profissionais da saúde (profissionais de educação física, fisioterapeutas e médicos), programas de atividade física para pacientes com DA, assim como atividade física para seus cuidadores, visto que é grande sua sobrecarga. **Objetivos:** Avaliar os efeitos de um programa de atividade física para cuidadores de idosos com DA, verificando se existe melhora na funcionalidade motora, qualidade de vida e diminuição dos níveis de sobrecarga. **Métodos:** Para participação no protocolo de atividade física para cuidadores, os interessados deveriam possuir pelo menos um paciente participante em um dos três protocolos desenvolvidos pelo PRO-CDA. Ao ingressar no projeto os participantes passam por avaliação para mensuração da funcionalidade motora (força, agilidade, equilíbrio, coordenação e capacidade aeróbia). As intervenções são realizadas três vezes por semana, com sessões de 60 minutos cada em dias não consecutivos, onde são desenvolvidas atividades para melhora da funcionalidade motora e fundamentos esportivos, além de atividades lúdicas jogos pré-desportivos, caminhadas e iniciação a corrida, também incluídas no protocolo de cuidadores. Ao final dos 6 meses de treinamentos os participantes terão vivenciado diversos fundamentos esportivos sendo assim reavaliadas suas capacidades físicas, para verificar a eficácia do programa. **Resultados:** Por se tratar de um protocolo com início recente, ainda não possuímos resultados significativos que demonstrem uma melhora na funcionalidade motora dos cuidadores. No entanto, dados preliminares evidenciam uma melhora na qualidade de vida além de relatos de uma menor sobrecarga e melhora da auto-estima. A atividade física sistematizada parece consistir em uma abordagem significativa para cuidadores de idosos com DA, neste sentido, mais estudos e protocolos de intervenção devem ser elaborados para que paciente e cuidador possam desfrutar de uma boa qualidade de vida, melhora na funcionalidade motora e menor sobrecarga. Agradecimentos: PROEX-UNESP, FUNDUNESP, UNESP-UNATI