**A IMPORTÂNCIA DA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA NO PACIENTE COM ALZHEIMER NA BUSCA DE UMA MELHOR QUALIDADE DE VIDA**

**INTRODUÇÃO**: A doença de Alzheimer (DA) é uma enfermidade neurodegenerativa e demencial e caracteriza-se pela perda neuronal e pela perda cognitiva progressiva, cursando com sintomas psiquiátricos, dificuldades na realização de atividades diárias, redução de memória e das funções corporais. A realização de atividade física é elencada como um dos fatores que contribuem para melhor performance cognitiva, reduzindo danos negativos causados pela DA. Assim, a pauta da utilização de exercícios tem se tornado cada vez mais importante como uma aliada no tratamento não farmacológico da DA na melhora da qualidade de vida de pacientes com essa condição clínica. **OBJETIVO**: Analisar se há benefícios gerados pelo exercício físico na melhora da qualidade de vida de pacientes com doença de Alzheimer. **METODOLOGIA**: Trata-se de uma revisão integrativa, cuja pergunta norteadora é “Há correlação entre prática de atividades físicas como tratamento complementar e a melhora da qualidade de vida em indivíduos com Alzheimer?”. A busca pelos artigos baseou-se no uso dos descritores: “Exercise”, “Quality of Life” e “Alzheimer Disease”, bem como na utilização do operador booleano “AND”. Os filtros utilizados foram idiomas português e inglês e publicações dos últimos 11 anos. As bases de dados escolhidas foram PubMed e Biblioteca Virtual de Saúde (BVS). Somente os 20 primeiros textos foram considerados relevantes para análise. Após leitura dos resumos, apenas 4 encaixaram com o tema proposto. **RESULTADOS**: Os exercícios físicos contribuem com a melhora da qualidade de vida de paciente com DA, pois traz como resultados benéficos a manutenção da capacidade de realização de atividades de vida diária, melhora de sintomas depressivos, da função executiva corporal e da funcionalidade física, contribui com o papel social do paciente, bem como contribui para a redução do declínio cognitivo, mesmo que os mecanismos ainda sejam incertos. Apesar desses importantes achados, não houve um padrão entre os estudos na quantidade de exercício a ser empregado. **CONCLUSÃO**: Assim, exercícios contribuem na redução da deterioração cognitiva e na melhora da qualidade de vida de portadores de DA, portanto, é uma área promissora no tratamento complementar e não farmacológico em pessoas com Alzheimer, mesmo que os resultados ainda sejam controversos.

**Palavras-chaves**: doença de Alzheimer; exercício físico; neurologia.

**REFERÊNCIAS:**

EL-KADER, S. M. A.; AL-JIFFRI, O. H. Aerobic exercise improves quality of life, psychological well-being and systemic inflammation in subjects with Alzheimer's disease. **Afr Health Sci**, v. 16, n. 4, p. 1045-1055, 2016.

TAVARES, B. B. et al. Impact of physical exercise on quality of life of older adults with depression or Alzheimer’s disease: a systematic review. **Trends Psychiatry and Psychotherapy**, v. 36, n. 3, p. 134-139, 2014.

YU, F. et al. Affecting cognition and quality of life via aerobic exercise in Alzheimer's disease. **West J Nurs Res.**, v. 35, n. 1, p. 24-38, 2013.

YU, F. et al. Cognitive Effects of Aerobic Exercise in Alzheimer’s Disease: A Pilot Randomized Controlled Trial. **Journal of Alzheimer’s Disease**, v. 80, n. 1, p. 233-244, 2021.