**O IMPORTANTE PAPEL DA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA NOS PACIENTES COM EPILEPSIA**

Larissa Neves de Castro – Universidade Evangélica de Goiás, larissa.ncastro@hotmail.com, (100.045.526-28);

Anna Karolyne de Andrade Morais – Universidade Evangélica de Goiás, annakmandrade@gmail.com, CPF (082.178.961-94);

José Humberto Rebelo Lima de Castro – Universidade Evangélica de Goiás, josehumbertorebelo@hotmail.com, CPF (702.898.041-32);

Maria Angélica Cintra – Universidade Evangélica de Goiás, mariaangelicacintra@hotmail.com, CPF (033.923.831-39);

Vitória Pereira Fernandes – Universidade Evangélica de Goiás, vitoria.pfernandes.01@gmail.com, CPF (040.508.221-56);

Waleska Meireles Carneiro – Universidade Evangélica de Goiás, waleska.carneiro@hotmail.com, CPF (024.134.071-38);

**INTRODUÇÃO**: A epilepsia é um transtorno neurológico crônico, resultante da atividade excessiva e anormal de células neuronais, gerando crises epilépticas recorrentes. Podem ser desencadeadas por diversos fatores, dentre eles febre, abstinência de drogas, hiponatremia e privação de sono. É uma condição tratada, principalmente, pelo uso de drogas antiepilépticas. No entanto, terapias complementares são, muitas vezes, ponderadas pelos profissionais de saúde, em especial, os esportes. **OBJETIVO**: Analisar se os efeitos benéficos da prática de exercícios físicos em indivíduos com epilepsia superam os riscos. **METODOLOGIA**: Trata-se de uma revisão integrativa, cuja pergunta norteadora é “Os benefícios da prática de atividade física em pessoas acometidas com epilepsia superam os riscos?”. A busca pelos artigos baseou-se no uso dos descritores “Epilepsy” e “Physical activity”, bem como o uso do termo booleano “AND”. Os filtros utilizados foram publicações dos últimos 5 anos, idiomas inglês e português. As bases de dados utilizadas foram PubMed e Scielo. Somente os primeiros 10 artigos de cada base de dados foram considerados relevantes e escolhidos para leitura dos resumos. Assim, apenas 5 responderam corretamente a pergunta norteadora. **RESULTADOS**: Indivíduos com epilepsia, muitas vezes, são desencorajados a praticarem atividades físicas pelo estigma de que tal condição pode ser agravada. Entretanto, raramente os exercícios desencadeiam as crises epilépticas, visto que ajudam na redução das descargas cerebrais causadoras desse quadro e na diminuição da ativação simpática, acarretando em uma menor frequência dessas crises; além de que, os exercícios reduzem o risco de doenças metabólicas e depressivas. Porém, deve-se incentivar práticas esportivas de modo individualizado, evitando-se atividades que apresentam riscos de trauma e de afogamento. **CONCLUSÃO**: Assim, pacientes epilépticos devem ser encorajados a praticarem exercícios físicos regulares devido ao fato de os benefícios superarem os riscos, já que protegem o indivíduo da ocorrência de crises e elevam a qualidade de vida.

**Palavras-chave**: Epilepsia; Exercício físico; Neurologia.

**REFERÊNCIAS:**

ALLENDORFER, J. B.; ARIDA, R. M. Role of Physical Activity and Exercise in Alleviating Cognitive Impairment in People With Epilepsy. **Clinical Therapeutics**, v. 40, n. 1, p. 26-34, 2018.

BONGARD, F. V. D. B. *et al.* Sport and Physical Activity in Epilepsy —a systematic review. **Deutsches Ärzteblatt International epilepsy**, v. 117, p. 1-6, 2020.

HANSEN, B.; ALLENDORFER, J. B. Considering social determinants of health in the relationship between physical activity and exercise engagement and cognitive impairment among persons with epilepsy. **Frontiers in Rehabilitation Sciences**, v. 3, p. 102-112, 2022.

TEDRUS, G. M. A. S.; MERHI, V. A. L. Physical activity in adults with epilepsy: clinical aspects and relationship with cognition and quality of life. **Dement Neuropsychol**, v. 17, p. 20-36, 2023.

VANCINI, R. L. *et al.* Benefícios e riscos da prática de atividade física recreativa e/ou esportiva por pessoas com epilepsia. **Fisioter. Mov,** v. 24, n. 2, p. 347-355, 2018.

