

ATIVIDADE FÍSICA RELACIONADA À QUALIDADE DE VIDA E VARIÁVEIS PSICOLÓGICAS DE CUIDADORES DE INDIVÍDUOS COM A DOENÇA DE PARKINSON

Nataly Souza Severo¹, Jessica Moratelli², Zenite Machado³, Adriana Coutinho Guimarães⁴.

¹Acadêmica do Curso de Bacharelado em Educação Física pela Universidade do Estado de Santa Catarina – CEFID – bolsista PROBIC/UDESC

²Mestranda em Ciências do Movimento Humano do Centro de Ciências da Saúde e do Esporte da Universidade do Estado de Santa Catarina – CEFID/UDESC;

³Professora Doutora do Departamento de Educação Física da Universidade do Estado de Santa Catarina – CEFID/UDESC

⁴Professora Doutora do Departamento de Educação Física e do Programa de Pós-graduação de Ciências do Movimento Humano do Centro de Ciências da Saúde e do Esporte da Universidade do Estado de Santa Catarina – CEFID/UDESC – adriana.guimaraes@udesc.br

Palavras-chave: Atividade Física. Cuidadores. Doença de Parkinson

Introdução: A doença de Parkinson (DP) é neurodegenerativa, crônica e progressiva (DELONG; WICHMANN, 2007; LUZ E CORONAGO, 2017), sendo os sintomas mais comuns a bradicinesia, rigidez, tremor, instabilidade postural, distúrbios da marcha e a fadiga (SILVA et al., 2010; SINGH, 2006; McNEELY, 2015). Esses sintomas interferem normalmente nos movimentos voluntários e involuntários, levando ao isolamento social, perda de interesse por atividades de lazer, aumentando a dependência para as atividades de vida diária, contribuindo para a perda de autonomia e consequentemente na redução da qualidade de vida (BRUNO; SETHARES, 2015; LAUZÉ, 2016). Nesse sentido, o cuidador torna-se extremamente importante para o indivíduo com a DP, pois são eles que assumem o compromisso com os cuidados básicos e dão suporte para as tarefas do dia a dia (TEW et al., 2013). Contudo, o cuidador acaba encarando o desafio de ajustar sua vida de acordo com os cuidados que devem ser prestados ao indivíduo com DP, muitas vezes deixando de lado sua profissão, suas atividades de lazer, o cuidado com si mesmo, vindo a prejudicar a sua qualidade de vida (FILIPPIN, 2014). Por estes motivos os cuidadores podem apresentar estresse, sintomas depressivos, ansiedade e sobrecarga (GONÇALVES et al., 2006; REZENDE et al., 2010). Dessa maneira, a prática da atividade física desempenha um importante papel na promoção da saúde, na percepção de qualidade de vida, nos sintomas depressivos e no aumento da expectativa de vida (SILVA, 2012). É importante ter-se uma atenção especial com os cuidadores, visto que eles necessitam de assistência, auxílio instrução e cuidado, que podem contribuir para a melhora da qualidade de vida e influenciar positivamente nos cuidados do indivíduo com DP (TALHAFERRO, 2015). Tendo em vista a importância desta temática, este estudo teve como objetivo investigar o nível de atividade física, qualidade de vida e variáveis psicológicas de cuidadores de indivíduos com a doença de Parkinson. **Métodos:** Estudo de delineamento transversal com 48 cuidadores, (45±16 anos),

sendo 44 do sexo feminino. Utilizou-se um questionário autoaplicável, dividido em cinco partes: informações gerais; nível de atividade física (IPAQ - versão curta); qualidade de vida (WHOQOL); sobrecarga (Burden Interview) e sintomas depressivos (BDI). Fez-se uso de uma análise descritiva e posteriormente uma associação das variáveis independentes ($p<0,05$). **Resultados:** A maioria dos participantes são cuidadores formais (59%), trabalham em regime de 12 horas ($p= 0,020$) sem vínculo familiar ($p= 0,007$) e possuíam sobrecarga leve ou mesmo ausência desta em relação aos cuidadores informais. Observa-se que não houve diferenças significativas entre os grupos, porém os cuidadores com sobrecarga leve ou ausente apresentaram escores mais elevados de qualidade de vida, bem como maiores percentuais de sintomas depressivos leves ou ausentes e praticamente todos os cuidadores foram classificados como insuficientemente ativos (95,8%). **Conclusão:** Os cuidadores foram considerados em sua maioria, insuficientemente ativos, sendo os formais com uma qualidade de vida melhor e sintomas depressivos leves ou ausentes, mesmo não havendo diferenças significativas; mantendo a necessidade de mais pesquisas com essa população.

Tabela 1: Domínios da qualidade de vida, sintomas depressivos e nível de atividade física de acordo com a sobrecarga dos cuidadores participantes do estudo. Florianópolis. 2017.

	Total Média(±)	Sobrecarga leve ou ausência Média(±)	Sobrecarga moderada Média(±)	p-valor
Domínio Físico	58,2 (10,0)	60,4 (8,9)	55,0 (10,8)	0,066*
Domínio Psicológico	57,3 (13,5)	60,5 (10,8)	52,9 (15,9)	0,054*
Domínio Social	68,2 (15,4)	70,5 (15,9)	65,0 (14,4)	0,224*
Domínio Ambiental	62,2 (15,0)	63,0 (15,3)	61,2 (15,0)	0,687*
Sintomas depressivos	(%)	(%)	(%)	
Sintomas depressivos leves ou ausentes	45(93,8)	100,0	85,0	0,066**
Sintomas depressivos moderados	3 (6,2)	0,0	15,0	
Nível de atividade Física				
Insuficientemente ativo	46(95,8)	58,7	41,3	0,665**
Ativo	1 (2,1)	0,0	100,0	
Muito ativo	1 (2,1)	100,0	0,0	

*Teste T; ** Exato de Fisher; (±) Desvio Padrão