



## COMPORTAMENTO DA PRESSÃO ARTERIAL DOS PARTICIPANTES DO PROJETO DIAGNÓSTICO E REABILITAÇÃO DO IDOSO COM ALZHEIMER E APOIO PSICOSOCIAL AO CUIDADOR DOMICILIAR

DIAS, Helena Matielo<sup>1</sup>; JÚNIOR, Vanderlei Silva Ribas<sup>1</sup>; LIRIO, Jordana Pereira<sup>1</sup>, CAVALLINI, Gabriele Monteiro<sup>2</sup>; GARCES, Solange Beatriz Billig<sup>3</sup>; BIANCHI, Patrícia Dall'Agnol<sup>3</sup>; HANSEN, Dinara<sup>3</sup>; BRUNELLI, Ângela<sup>3</sup>; ROSA, Carolina Boettge<sup>3</sup>; KRUG, Marília de Rosso<sup>3</sup>

Grupo Interdisciplinar de Estudos do Envelhecimento Humano da Universidade de Cruz Alta – GIEEH/UNICRUZ

**Palavras-Chave:** Alzheimer. Idosos. Exercícios Físicos.

Idosos com Alzheimer necessitam de atenção especial, e seus acompanhantes devem disponibilizar diariamente tempo para realizar atividades físicas, como alongamentos, caminhadas, danças etc... Cuidadores também necessitam orientações e cuidados com a própria saúde, pois eles é que estão convivendo diretamente com o idoso. Desta forma tem-se como objetivo, deste estudo, fazer uma análise da pressão arterial (PA) diante da realização de exercícios físicos, aeróbios e de resistência, em idosos (acima de 60 anos) com a doença de Alzheimer e com seus cuidadores. Participam do mesmo 4 idosos e 4 cuidadores do projeto de extensão “Diagnóstico e reabilitação do idoso com Alzheimer e apoio psicossocial ao cuidador domiciliar”. A variável em estudo foi verificada em dois dias distintos e em dois momentos, início e final do programa. Os exercícios propostos tiveram a duração de 30 minutos e a PA foi verificada antes e após as sessões. Verificou-se que houve um aumento médio do início para o final da sessão em 9 mmHg para a PAS (141 – 150 mmHg) e de 10 mmHg para a diastólica (70 – 80 mmHg) o que demonstrou um comportamento normal da referida variável. Ao analisar os valores individualmente, notou-se que um dos cuidadores teve, valores de PA bem acima do normal chegando a 180/110(pré) e 190/100 (pós). No segundo encontro o comportamento da PA se manteve igual ao do primeiro encontro. Diante dos resultados obtidos pode-se concluir que os idosos do referido projeto apresentam valores elevados de pressão arterial e que este se eleva mais ainda após o exercício físico o que denota um quadro de hipertensão para os referidos idosos, sendo desta forma imprescindível a realização de exercícios físicos com mais regularidade para que esta variável volte ao seu valor normal (120/80). Professores e alunos voluntários estão no projeto para levarem informações e formas melhores dos participantes se exercitarem, mostrando que a atividade física diária pode proporcionar uma melhoria no seu dia a dia e na sua qualidade de vida.

<sup>1</sup>Acadêmicos do Curso de Biomedicina da Universidade de Cruz Alta – UNICRUZ – helenamatielo@hotmail.com

<sup>2</sup> Acadêmica do curso de Educação Física da UNICRUZ – gabiicavallini@gmail.com

<sup>3</sup> Professoras pesquisadoras do GIEEH/UNICRUZ – mkrug@unicruz.edu.br