

RESUMO SIMPLES ESTRUTURADO - SAÚDE MENTAL E BEM-ESTAR –
ABORDAGENS INTERDISCIPLINARES PARA PROMOÇÃO DA SAÚDE
MENTAL, PREVENÇÃO E CUIDADO INTEGRAL

**OS BENEFÍCIOS DA ATIVIDADE FÍSICA PARA A SAÚDE MENTAL EM
PACIENTES COM DOENÇA DE PARKINSON.**

Andreia Lúcia (andreialucia.edf@gmail.com)

Geraldo Antonio Do Nascimento Filho (geraldo201430@gmail.com)

Dra. Milana Drumond Ramos Santana (mildrumond@hotmail.com)

Introdução: A doença de Parkinson configura-se como uma enfermidade neurodegenerativa crônica que compromete significativamente a qualidade de vida dos indivíduos acometidos, não apenas em decorrência dos sintomas motores, mas também pelos sintomas não motores, tais como depressão e ansiedade. A prática de atividade física tem sido apontada como uma abordagem eficaz para promover a melhora da saúde mental desses pacientes. Objetivo: Este estudo tem por finalidade analisar os benefícios proporcionados pela atividade física no âmbito da saúde mental em pessoas diagnosticadas com doença de Parkinson. Metodologia: Realizou-se uma revisão sistemática da literatura, contemplando artigos disponíveis nas bases eletrônicas Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Scientific Electronic Library Online (SciELO), por meio da busca dos termos relacionados aos efeitos da atividade física na saúde mental de pacientes com doença de Parkinson. A seleção dos estudos observou critérios de inclusão que abrangeram pesquisas investigando a influência da atividade física sobre sintomas de depressão e ansiedade, excluindo-se publicações fora do intervalo

temporal de 2020 a 2025. A triagem dos artigos ocorreu mediante análise preliminar dos resumos. Resultado: Os achados indicam que a prática regular de atividade física é capaz de atenuar os sintomas depressivos e ansiosos em indivíduos com doença de Parkinson. Ademais, tal prática contribui para o aprimoramento da qualidade de vida e da funcionalidade desses pacientes. Conclusão: A atividade física revela-se como uma estratégia fundamental para o aprimoramento da saúde mental em pacientes portadores da doença de Parkinson. Assim, recomenda-se que os profissionais da saúde incentivem a incorporação de exercícios físicos regulares no plano terapêutico desses indivíduos.

Palavras-chave: doença de parkinson; atividade física; saúde mental; depressão; ansiedade.