



ISSN: 2230-9926

Available online at <http://www.journalijdr.com>

IJDR

International Journal of Development Research

Vol. 11, Issue, 11, pp. 51548-51551, November, 2021

<https://doi.org/10.37118/ijdr.23177.11.2021>



RESEARCH ARTICLE

OPEN ACCESS

EFEITOS DA ATIVIDADE FÍSICA NA MELHORA DO EQUILIBRIO EM PORTADORES DE ALZHEIMER: REVISÃO INTEGRATIVA

Naynara Lima Luz^{1,*}, Raquel Barberino Estolano² and Danilo Guerra Saraiva¹

¹Acadêmico do Curso de Graduação em Fisioterapia do Instituto de Ensino Superior do Sul do Maranhão

²Fisioterapeuta Docente do Curso de Fisioterapia do Instituto de Ensino Superior do Sul do Maranhão

ARTICLE INFO

Article History:

Received 16th August, 2021

Received in revised form

27th September, 2021

Accepted 03rd October, 2021

Published online 23rd November, 2021

Key Words:

Doença de Alzheimer,
Idoso,
Modalidades de Fisioterapia,
Atividade física.

*Corresponding author:

Naynara Lima Luz

ABSTRACT

Introdução: O envelhecimento ocorre pela queda de todos os processos fisiológicos, o que ocasiona em alterações de órgãos e sistemas, gerando diminuição de força muscular e déficit de equilíbrio. Esses processos podem tornar-se e complicados se o indivíduo for sedentário. **Objetivo:** Identificar como a prática de atividade física influencia na melhora do equilíbrio em idosos portadores de Doença de Alzheimer. **Métodos:** Trata-se de uma revisão integrativa realizada em base de dados. Foram incluídos artigos publicados entre os anos de 2017 a 2021, nos idiomas português e inglês. Foram utilizados os descritores: Doença de Alzheimer, Equilíbrio e Fisioterapia. Os artigos foram analisados pelo título, resumo, base de dados, e ano. **resultados:** Dez estudos foram analisados na pesquisa, Todos os artigos utilizados nesta revisão foram escritos em língua inglesa, a média de participantes dos estudos foi de 79,5 idosos, a amostra populacional foi com pessoas de ambos os sexos, institucionalizados e residentes em comunidade; os estudos que fazem parte do universo desta pesquisa demonstraram a realização de exercícios de baixo, médio e alto impacto a fim de verificar se sua realização é capaz de melhorar o equilíbrio em idosos portadores de Alzheimer. **Conclusão:** A partir deste estudo foi possível concluir que a prática constante de atividade física e exercícios fisioterapêuticos, são eficazes na melhora dos efeitos causados pela Doença de Alzheimer, reduzindo a dependência na realização de tarefas e consequentemente melhorando a qualidade de vida destes idosos.

Copyright © 2021, Naynara Lima Luz et al. This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

Citation: Naynara Lima Luz, Raquel Barberino Estolano and Danilo Guerra Saraiva. "Efeitos da Atividade Física na Melhora do Equilíbrio em Portadores de Alzheimer: Revisão Integrativa", *International Journal of Development Research*, 11, (11), 51548-51551.

INTRODUCTION

Com o envelhecimento ocorrem alterações físicas, funcionais, psicológicas e sociais (SIQUEIRA, 2019). A maioria das pessoas idosas são acometidas por doenças e agravos crônicos não transmissíveis (DANT), que se manifestam de forma mais expressiva com o avanço da terceira idade. Desse modo, podem afetar a funcionalidade dessa faixa etária, gerando um processo incapacitante que os faz necessitar de constante acompanhamento, uma vez que há comprometimento da qualidade de vida (VENTURA, 2018). No Brasil, o índice de envelhecimento está em constante mudança com o passar dos anos. Estudos apontam que em 2008, para cada 100 crianças existiam 24 idosos de 65 anos. Em 2050 para o mesmo número de crianças existirá 172 idosos. Isso mostra uma inversão na pirâmide etária, tornando necessário garantir a assistência dessa faixa etária, atendendo as necessidades delimitadas pela idade (ALVES, 2019). Barreto (2017) afirma que o envelhecimento, apesar de natural, pode trazer consigo doenças crônicas e degenerativas, sendo uma das mais comuns a Doença de Alzheimer (DA) que tem início

insidioso podendo levar meses ou anos para a piora cognitiva e funcional. A DA caracteriza-se histopatologicamente, pela maciça perda sináptica e pela morte neuronal observada nas regiões cerebrais, o hipocampo, o córtex entorrinal e o estriado ventral (MENDES, 2016). A distinção entre o envelhecimento natural e patológico é um processo de difícil definição, uma vez que se caracteriza como um possível processo contínuo. Em geral, o início dos sintomas da DA apresentam déficits cognitivos como os amnésicos, que são perda de memória recente, atividades que necessitem de recordação rápida entre outros sintomas, e os não-amnésicos. Nos quadros não-amnésicos os déficits podem ser de linguagem, atenção, percepção, agnosia, cognição social e/ou funções executivas (CARDOSO, 2017). A DA gera déficit no equilíbrio e alterações nos sistemas motor, cognitivo e visual Estes déficits prejudicam suas atividades de vida diária, incluindo-se a convivência familiar, desempenho social e ocupacional (BERNARDO, 2018). Marques (2019) afirma que a fisioterapia desempenha um papel importante na redução das complicações da DA. Envolve principalmente o uso de exercícios aeróbicos ou anaeróbicos, com o objetivo de melhorar a capacidade funcional, reduzir a medicação utilizada, diminuir o risco de quedas e minimizar os déficits funcionais durante o curso da doença,

constituindo assim, ferramentas importantes para prevenir e/ou minimizar déficits de equilíbrio em idosos. Kamada et al. (2018) afirma que a prática de exercício físico dispõe de atributos que envolvem a neuroproteção de idosos com DA, reduz a inflamação cerebral, o crescimento de neurotrofinas, que servem para o aumento, conservação e proteção de neurônios. Esses efeitos melhoram a função cognitiva de idosos com Doença de Alzheimer, demonstrando que a indicação de exercício físico como intervenção não farmacológica possui efeito na melhora das variáveis que influenciam no equilíbrio. (BRAGA et al. 2021). Desta forma esse estudo tem como objetivo identificar como a prática de atividade física influencia na melhora do equilíbrio em idosos portadores de DA, através de evidências na literatura.

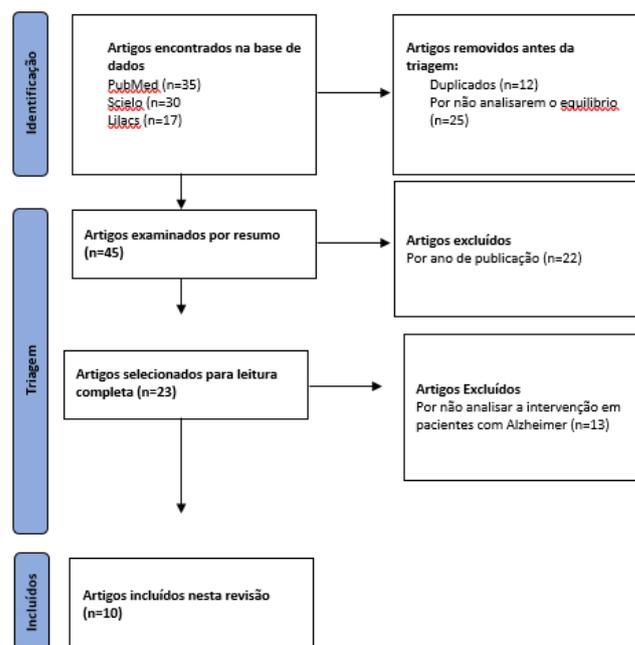
MATERIAIS E MÉTODOS

A presente pesquisa trata-se de estudo do tipo Revisão Integrativa de Literatura (RI), que segundo Sidnéia (2020), visa reunir (integrar) achados de trabalhos empíricos e teóricos, permitindo sintetizar resultados e aprofundar a compreensão sobre um fenômeno específico. Diante da pesquisa de dados realizada, foi definido o tema sobre equilíbrio em idosos portadores da Doença de Alzheimer, possibilitando através deste a resposta para a pergunta: Quais as alterações causam o desequilíbrio em idosos portadores de DA? Para selecionar os artigos e desenvolver a pesquisa foram utilizadas as seguintes bases de dados: Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (Lilacs), PubMed e Scientific Electronic Library Online (SciELO), por meio dos descritores: Doença de Alzheimer, Equilíbrio e Fisioterapia, sendo a pesquisa realizada dentre os meses de Julho a Setembro de 2021. Os critérios de inclusão foram: à disponibilidade completa do artigo, escritos em língua portuguesa ou inglesa, abordarem a temática da atuação fisioterapêutica nas alterações de equilíbrio em portadores da Doença de Alzheimer, publicações de 2017 a agosto de 2021. Foram excluídos resumos, teses, estudos de revisão, anais, artigos duplicados, realizados em animais e dissertações, que abordassem outras patologias ou patologias associadas, e os que não respondessem a pergunta norteadora do artigo. Inicialmente encontrou-se 82 artigos, que após a leitura prévia dos resumos foram utilizados 10 artigos.

Apenas os estudos selecionados e inclusos foram encaminhados para a extração de dados e análise das informações contidas. As informações extraídas foram: nome dos autores; ano de publicação; tipo de estudo; local de publicação; atuação fisioterapêutica; protocolo de intervenção e resultados de interesse. A análise dos dados seguiu por meio de leituras dos artigos inclusos e após seleção foram discutidos os resultados dos principais pontos encontrados na pesquisa, e posteriormente transformados em quadro para melhor compreensão dos resultados obtidos. Todos os artigos utilizados nesta revisão foram escritos em língua inglesa, a média de participantes dos estudos foi de 79,5 idosos, a amostra populacional foi com pessoas de ambos os sexos, institucionalizados e residentes em comunidade; os estudos que fazem parte do universo desta pesquisa demonstraram a realização de exercícios de baixo, médio e alto impacto a fim de verificar se sua realização é capaz de melhorar o equilíbrio em idosos portadores de Alzheimer. As práticas mais relatadas pelos autores foram: treino de sentar e levantar, treino de equilíbrio estático e dinâmico, fortalecimento muscular, teste de TUG, velocidade de marcha. A interpretação dos resultados mostrou-se eficaz para a melhora funcional dos idosos estudados. Os dados encontrados neste estudo mostraram que exercícios realizados por pelo menos duas vezes na semana por no mínimo 10 semanas são capazes de promover ganho de força muscular, assim como, melhora do equilíbrio e na funcionalidade. Dias et al. (2020) realizou um estudo longitudinal com 11 idosas com DA frequentadoras de um centro de convivência, onde demonstrou que a intervenção utilizada foi de 2 vezes por semana, com duração de 2 horas, por um período de 10 semanas. O elevado número de mulheres nos artigos encontrados corroboram com os dados da Associação Internacional de Doenças de Alzheimer (AID) e a Organização Mundial de Saúde (OMS, 2012), onde

mostram que idosas apresentam maior prevalência de evoluir para uma demência.

Figura 1. Fluxograma dos Resultados da Pesquisa.



Essa situação pode ser relacionada a maior expectativa de vida desse público. (FERNANDES, et al. 2018). Quanto a melhora funcional os resultados demonstraram que houve melhora no desempenho dos idosos estudados o que pode ser observado no estudo de Dias et al. (2020), onde ele relata que o protocolo utilizado obteve aumento da saúde funcional e mobilidade dos idosos analisados. De acordo com os resultados apresentados uma possibilidade para se explicar a alta quantidade de idosos participantes nos estudos analisados é devido a qualidade de vida estarem sempre em baixa, principalmente os idosos institucionalizados, como mostra no estudo de Júnior et al. (2019) onde relatam que os idosos inclusos no estudo são dependentes, carentes, depressivos e possuem uma qualidade de vida inferior aos idosos da comunidade. Martins; Dias (2021) mostraram um estudo sobre os sintomas depressivos e a percepção da qualidade de vida de pacientes com Alzheimer e de seus cuidadores, os quais foram submetidos a um programa de exercícios físicos que enfatizavam a capacidade funcional, agilidade, equilíbrio, resistência de força e capacidade aeróbia, associados às tarefas cognitivas.

O equilíbrio foi trabalhado por meio de circuitos com estimulações nos sistemas somatossensorial, vestibular e visual com materiais de diferentes densidades e dimensões para realizar as tarefas motoras. Foi observado que os pacientes do grupo de treinamento tiveram uma redução nos sintomas depressivos e melhora na qualidade de vida, enquanto o outro grupo apresentou um declínio acentuado. Os achados evidenciam a melhora dos pacientes que são submetidos à realização da prática de exercícios físicos, tema este abordado em 80% dos artigos (A2, A3, A5, A6, A7, A8 e A9), relatando que em relação o grupo controle, os idosos obtiveram resultados positivos na melhora do equilíbrio dinâmico e estático, força muscular, desempenho funcional e redução no risco e medo de quedas. No entanto, Toots et al. (2019) realizou uma intervenção utilizando o programa HIFE, com exercícios de alta intensidade para melhora da força, equilíbrio e mobilidade, lideradas por fisioterapeutas e acompanhamento de 12 meses, seus dados demonstraram que não houve diferença significativa sobre as quedas, tipo de demência e equilíbrio entre o grupo controle e o de exercício, e na interação das análises os idosos com DA do grupo de exercícios obtiveram mais quedas que o grupo controle. Já no estudo de Tomicki et al. (2017) realizaram os testes Timed Up and Go Test (TUGT) e da Escala de Equilíbrio de Berg (EEB) para avaliar o equilíbrio e risco de queda

Quadro 1. Síntese dos estudos revisados

Ordem/ Autor/ Ano	Metodologia do Estudo/ Amostragem	Intervenção	Resultados/Conclusão
A1 – SANDERS et al, 2020	<ul style="list-style-type: none"> Ensaio Clínico Randomizado 69 idosos com Alzheimer divididos em dois grupos. 	<ul style="list-style-type: none"> Grupo Controle: sem intervenção Grupo Intervenção: exercícios de média intensidade Fortalecimento muscular global, exercícios de equilíbrio uni e bipodal e propriocepção. Foram analisados quanto à FM, testes de equilíbrio, teste de sentar e levantar e velocidade da marcha. A intervenção durou 12 semanas, com 3 sessões/semana. 	O estudo demonstrou que os idosos que participaram do Grupo Intervenção melhoraram apenas no aspecto velocidade de marcha.
A2 - SONDEL et al, 2019	<ul style="list-style-type: none"> Ensaio Clínico Randomizado 81 idosos institucionalizados com Alzheimer, divididos em dois grupos. 	<ul style="list-style-type: none"> Grupo Controle: sem intervenção Grupo Intervenção: exercícios de alta intensidade Exercícios de equilíbrio uni e bipodal e propriocepção. Foram analisados quanto à testes de equilíbrio, teste de sentar e levantar e velocidade da marcha. A intervenção durou 4 meses, com 2 sessões/semana. 	O estudo demonstrou que os idosos que participaram do Grupo Intervenção melhoraram consideravelmente seu equilíbrio estático e dinâmico em comparação ao grupo controle.
A3 – PITKÄNEN et al, 2019	<ul style="list-style-type: none"> Ensaio Clínico Randomizado 63 idosos institucionalizados em clínicas geriátricas com Alzheimer, foram divididos em dois grupos. 	<ul style="list-style-type: none"> Grupo Controle: recebeu orientações Grupo Intervenção: realizou exercícios de equilíbrio e fortalecimento muscular. Foram analisados quanto à testes de equilíbrio, teste de sentar e levantar e velocidade da marcha. A intervenção durou 10 semanas, com 3 sessões/semana. 	O estudo demonstrou que os idosos que realizaram exercícios físicos obtiveram melhoras quanto à força muscular e equilíbrio estático e dinâmico.
A4 – TOOTS et al, 2019	<ul style="list-style-type: none"> Ensaio Clínico Randomizado 186 idosos (145 homens e 41 mulheres) institucionalizados com Alzheimer, foram divididos em dois grupos. 	<ul style="list-style-type: none"> Grupo Controle: recebeu orientações. Grupo Intervenção: que realizou exercícios de equilíbrio e fortalecimento muscular. Foram analisados quanto à testes de equilíbrio, teste de sentar e levantar e velocidade da marcha. A intervenção durou 12 meses, com 3 sessões/semana. 	O estudo demonstrou que em pessoas idosas com demência que vivem em lares de idosos, um programa de exercícios funcionais de alta intensidade por si só não evitou quedas quando comparado com um grupo de controle de atenção.
A5 - CEZAR, et al 2021	<ul style="list-style-type: none"> Ensaio Clínico Randomizado 40 idosos (o estudo não especificou o sexo dos participantes), portadores de Alzheimer, foram divididos em dois grupos. 	<ul style="list-style-type: none"> Grupo Controle: recebeu orientações Grupo Intervenção: realizou exercícios domiciliares de fortalecimento muscular de membros inferiores, exercícios de agilidade e equilíbrio. Foram analisados quanto à testes de equilíbrio, teste de sentar e levantar, TUG e velocidade da marcha, foram avaliados antes e após a intervenção. A intervenção durou 16 semanas, com 3 sessões/semana, por 60 minutos/sessão. 	O estudo demonstrou que os participantes do grupo intervenção obtiveram melhores resultados em desempenho funcional, melhora de força muscular e redução no risco de quedas.
A5 - CEZAR, et al 2021	<ul style="list-style-type: none"> Ensaio Clínico Randomizado 40 idosos (o estudo não especificou o sexo dos participantes), portadores de Alzheimer, foram divididos em dois grupos. 	<ul style="list-style-type: none"> Grupo Controle: recebeu orientações Grupo Intervenção: realizou exercícios domiciliares de fortalecimento muscular de membros inferiores, exercícios de agilidade e equilíbrio. Foram analisados quanto à testes de equilíbrio, teste de sentar e levantar, TUG e velocidade da marcha, foram avaliados antes e após a intervenção. A intervenção durou 16 semanas, com 3 sessões/semana, por 60 minutos/sessão. 	O estudo demonstrou que os participantes do grupo intervenção obtiveram melhores resultados em desempenho funcional, melhora de força muscular e redução no risco de quedas.
A6 -PADALA et al, 2017	<ul style="list-style-type: none"> Ensaio Clínico Randomizado 30 idosos (o estudo não especificou o sexo dos participantes), portadores de Alzheimer, residentes na comunidade, foram divididos em dois grupos. 	<ul style="list-style-type: none"> Grupo Controle: sem intervenção Grupo Intervenção: realizou exercícios domiciliares (com auxílio dos cuidadores) de fortalecimento muscular global e equilíbrio. Foram analisados quanto à equilíbrio estático e dinâmico e medo de cair, foram avaliados no início e final da intervenção e 16 semanas após o final da intervenção. A intervenção durou 8 semanas, com 3 sessões/semana (o estudo não especificou o tempo de sessão). 	O estudo demonstrou que os idosos do grupo de exercício apresentaram resultados positivos para diminuição de medo de queda e melhora do equilíbrio estático e dinâmico, principalmente no final das 8 semanas de intervenção, porém, essa melhora não se manteve até as 16 semanas da terceira avaliação.
A7 - BORYSIUK et al, 2018	<ul style="list-style-type: none"> Ensaio Clínico Randomizado 44 idosas, portadoras de Alzheimer, residentes na comunidade, foram divididas em dois grupos. 	<ul style="list-style-type: none"> Grupo Controle: recebeu a intervenção de exercícios Grupo Intervenção: intervenção foi a mesma, porém, o grupo controle realizou os exercícios com o dobro de intensidade, a intervenção foi baseada em um programa de treinamento com exercícios de fortalecimento muscular global e equilíbrio. Foram analisados quanto à equilíbrio estático e dinâmico e fortalecimento muscular. A intervenção durou 6 semanas. 	O estudo demonstrou que o grupo que realizou os exercícios com o dobro de intensidade obteve resultados significativamente melhores que o grupo controle e que esses resultados perduraram por um tempo após a intervenção, chegando à conclusão que exercícios de média e alta intensidade são eficazes na redução de quedas em idosas com Alzheimer.
A8 - ZHAO, CHUNG e TONG, 2017	<ul style="list-style-type: none"> Ensaio Clínico Randomizado 126 idosos, portadores de Alzheimer ou outro tipo de demência, residentes na comunidade, foram divididos em dois grupos. 	<ul style="list-style-type: none"> Grupo Controle: sem intervenção Grupo Intervenção: um programa de treinamento com exercícios de fortalecimento muscular global e equilíbrio, além de exercícios aeróbicos. Foram analisados quanto à equilíbrio estático e dinâmico e fortalecimento muscular. A intervenção durou 16 semanas. 	O estudo demonstrou que os idosos que realizaram atividades físicas baseadas em exercícios de força e equilíbrio reduziram significativamente a chance de cair, em comparação aos idosos que não realizaram nenhum exercício.
A9 -TOMICKI et al, 2017	<ul style="list-style-type: none"> Ensaio Clínico Randomizado 30 idosos de ambos os sexos, portadores de Alzheimer institucionalizados foram divididos em dois grupos. 	<ul style="list-style-type: none"> Grupo Controle: sem intervenção Grupo Intervenção: um programa de treinamento com aquecimento, exercícios aeróbicos e de força muscular, flexibilidade e equilíbrio estático e dinâmico. Foram analisados quanto à equilíbrio estático e dinâmico e fortalecimento muscular. A intervenção durou 16 semanas. 	O estudo demonstrou que quando comparados ao grupo controle, os idosos que realizaram exercícios físicos de fortalecimento, flexibilidade e equilíbrio demonstraram melhores resultados nos testes funcionais, em equilíbrio e diminuíram o risco de quedas.
A10 – MARQUES, et al, 2019	<ul style="list-style-type: none"> Ensaio Clínico Randomizado 126 idosos, portadores de Alzheimer ou outro tipo de demência, residentes na comunidade, foram divididos em dois grupos. 	<ul style="list-style-type: none"> Grupo Controle: orientados a manter os cuidados com saúde. Grupo Intervenção: realizaram exercícios físicos em ambiente domiciliar. Foram analisados quanto à equilíbrio estático e dinâmico e fortalecimento muscular. A intervenção durou 16 semanas com 3 sessões/semana. 	O estudo demonstrou que os idosos que praticaram atividades físicas tiveram o risco de quedas diminuídos consideravelmente em relação ao grupo controle.

em dois grupos por três meses, e observaram que o grupo controle apresentou redução de equilíbrio e aumento no risco de quedas, enquanto o grupo que sofreu intervenção demonstrou um bom desempenho comparado aos resultados pré-treinamento, mostrando que exercícios físicos tem influência positiva em idosos fisicamente ativos. Os achados nesse estudo encontram apoio no artigo de Ômena et al. (2020) onde apresentam que a prática de atividade física é tida como um tratamento não farmacológico, que é eficaz para idosos diagnosticados com Alzheimer. Desta forma auxilia na melhora dos sintomas depressivos, quedas, declínio cognitivo e equilíbrio, melhorando assim a qualidade de vida. De modo semelhante ao estudo de Braga; Almeida; Amâncio (2021) que relatam um estudo com programa de atividade física regular e supervisionado, realizado em 2010 com 16 idosos portadores de DA e idade média de 75,8±6,8 anos, alocados em Grupo de Intervenção (GI) e Grupo Rotina (GR), onde o primeiro praticou 6 meses de atividade física sistematizada. Os resultados do exercício foram medidos com base em testes mentais e físicos, e se mostraram estatisticamente significativo para o GI, em comparação com o GR, remetente a diminuição do risco de quedas, ao aumento do equilíbrio e ao aperfeiçoamento cognitivo. Elucidando que os idosos com DA, não ativos fisicamente, apresentam maior declínio das funções cerebrais e instabilidade motora com a progressão do distúrbio.

CONCLUSÃO

Após a realização dos resultados e discussões, fica claro que:A partir deste estudo foi possível concluir que, um protocolo envolvendo exercícios fisioterapêuticos e atividade física são eficazes e acessíveis para tratamento de idosos com Doença de Alzheimer. Porém deve-se analisar a qualidade de vida do idoso, estágio da doença e comprometimento cognitivo. Levando em consideração que pacientes com comprometimento mais grave são mais difíceis de obter reversão do quadro clínico. Entretanto uma abordagem mais precoce retarda os efeitos da Doença de Alzheimer, mantendo a capacidade funcional, diminuindo risco de quedas, e aumentando a função psicomotora. Faz-se necessário mais estudos sobre o tema, devido a carência de alguns artigos quanto ao tipo de exercício utilizado no tratamento. Este tema possui alta relevância para a melhora da qualidade de vida dos idosos portadores de Doença de Alzheimer.

REFERENCES

ALVES, J.E.D. Envelhecimento populacional no Brasil e no mundo. Revista Longevidade, ano 1; n.3; jul,ago,set. 2019

BARRETO, J. Envelhecimento e qualidade de vida: o desafio actual. Sociologia: Revista da Faculdade de Letras da Universidade do Porto. 2017.

BERNARDO, L.D. Older adults with Alzheimer's disease: a systematic review about the Occupational Therapy intervention in changes of performance skills. Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional. 2018.

BORYSIUK, Z., et al. Intensity-dependent effects of a six-week balance exercise program in elderly women with Alzheimer's. International journal of environmental research and public health, v. 15, n. 11, p. 2564, 2018.

BRAGA, V.E.G.; DE ALMEIDA, K.C.; AMÂNCIO, N.F.G. Exercícios físicos em idosos com doença de alzheimer: uma revisão dos benefícios cognitivos e motores. Brazilian Journal of Health Review, v. 4, n. 2, p. 4845-4857, 2021.

CARDOSO, V.B., et al. A doença de Alzheimer em idosos e as consequências para cuidadores domiciliares. Memorialidades. 2017.

Casarin, Sidnéia Tessme; Porto, Adrize Rutz; Gabatz, Ruth Irmgard Bartsc; Bonow, Clarice Alves; Ribeiro, Julilane Portella; Mota, Marina Soares. Tipos de revisão de literatura: considerações das editoras do *Journal of Nursing and Health*; v,10; n5, 2020

CEZAR, N.O., et al. Feasibility of improving strength and functioning and decreasing the risk of falls in older adults with Alzheimer's dementia: a randomized controlled home-based exercise trial. Archives of Gerontology and Geriatrics, v. 96, p. 104476, 2021.

DIAS, C.Q., et al. Protocolo de exercícios terapêuticos em grupo para pessoas com doença de Alzheimer. Revista Pesquisa em Fisioterapia, v. 10, n. 3, p. 520-528, 2020.

FERNANDES, M.R.S., et al. Doença de Alzheimer nas Mulheres: prejuízos pessoais e luto familiar. Id on Line Revista De Psicologia, v. 12, n. 39, p. 533-551, 2018.

KAMADA, M., et al. Correlação entre exercício físico e qualidade de vida em pacientes com doença de Alzheimer. Revista da Sociedade Brasileira de Clínica Médica, v. 16, n. 2, p. 119-122, 2018.

MARQUES, C. L. S., et al. Physical therapy in patients with Alzheimer's disease: a systematic review of randomized controlled clinical trials. Fisioterapia e Pesquisa. 2019.

MARTINS, A. C. do N.; DIAS, N. R. Atuação fisioterapêutica no estágio inicial da doença de Alzheimer: revisão bibliográfica. 2021.

MENDES, C.F.M; ASNTOS, A.L.S O cuidado na doença de Alzheimer: as representações sociais dos cuidadores familiares. Saúde e Sociedade. 2016. 2016.

OMENA, L. G. A. ; RODELLI, L. C. ; CORRÊA, Evandro A.efeitos da atividade física em pessoas com alzheimer. MotriSaúde, v. 2, p. 1-18, 2020.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). Relatório mundial da saúde. Saúde mental: nova concepção, nova esperança. Lisboa, 2001.

PADALA, K.P., et al. Home-based exercise program improves balance and fear of falling in community-dwelling older adults with mild Alzheimer's disease: a pilot study. Journal of Alzheimer's disease, v. 59, n. 2, p. 565-574, 2017.

PITKÄNEN, A., et al. Implementing physical exercise and music interventions for patients suffering from dementia on an acute psychogeriatric inpatient ward. Nordic journal of psychiatry, v. 73, n. 7, p. 401-408, 2019.

SANDERS, L. M. J. et al. Effects of low-and high-intensity physical exercise on physical and cognitive function in older persons with dementia: a randomized controlled trial. Alzheimer's research & therapy, v. 12, n. 1, p. 1-15, 2020.

SCHERRER JR G, Okuno MFP, Oliveira LM, Barbosa DA, Alonso AC, Fram DS, et al. Quality of life of institutionalized aged with and without symptoms of depression. Rev Bras Enferm. 2019;72(Suppl 2):127-33. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2018-0316>

SIQUEIRA, JF., et al. Efeitos da prática de exercício de dupla tarefa em idosos com Doença de Alzheimer: revisão sistemática. Saúde e Pesquisa. 2019.

SONDELL, A., et al. Is the Effect of a High-Intensity Functional Exercise Program on Functional Balance Influenced by Applicability and Motivation among Older People with Dementia in Nursing Homes?. The journal of nutrition, health & aging, v. 23, n. 10, p. 1011-1020, 2019.

TOMICKI, C., et al. Efeito de um programa de exercícios físicos no equilíbrio e risco de quedas em idosos institucionalizados: ensaio clínico randomizado. Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia, v. 19, p. 473-482, 2017.

TOOTS, A., et al. The effects of exercise on falls in older people with dementia living in nursing homes: a randomized controlled trial. Journal of the American Medical Directors Association, v. 20, n. 7, p. 835-842. e1, 2019.

VENTURA, H.N., et al. Saúde do idoso com doença de Alzheimer: revisão integrativa. Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental. 2018.

ZHAO, Y.; CHUNG, P.K.; TONG, T.K. Effectiveness of a balance-focused exercise program for enhancing functional fitness of older adults at risk of falling: a randomised controlled trial. Geriatric nursing, v. 38, n. 6, p. 491-497, 2017.