



Evento	Salão UFRGS 2018: SIC - XXX SALÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA UFRGS
Ano	2018
Local	Campus do Vale - UFRGS
Título	Associação entre prática de exercício físico e parâmetros clínicos e demográficos em um grupo de pacientes com depressão
Autor	MARIANA DE MEDEIROS UEQUED
Orientador	MARCELO PIO DE ALMEIDA FLECK

Título: Associação entre prática de exercício físico e parâmetros clínicos e demográficos em um grupo de pacientes com depressão.

Autora: Mariana Ueque. Orientador: Marcelo Fleck Instituição: HCPA

INTRODUÇÃO: A influência positiva da atividade física nos transtornos mentais já é bem estabelecida na literatura. A prática de exercício físico diminui o risco de desenvolver depressão, bem como ajuda a diminuir os sintomas da doença em pacientes deprimidos. Entretanto, ainda existem poucos estudos que identifiquem correlatos clínicos e sociodemográficos de realização de exercício físico nesses pacientes. Identificar esses fatores pode ser útil para definir grupos de pacientes em que a atividade física pode ser mais efetiva na prevenção e tratamento da depressão.

OBJETIVOS: Determinar, em uma população de pacientes adultos com depressão, quais são os fatores associados com a prática de exercícios físicos.

MÉTODOS: A associação entre a prática de exercício físico (ao menos uma hora de atividade física por semana) e variáveis clínicas e demográficas em pacientes com depressão, foi avaliada em 279 indivíduos com média de 50,74 anos, através de questionários estruturados. Os pacientes foram avaliados por psiquiatras treinados do grupo de pesquisa do Programa de Transtornos de Humor (PROTHUM) do Hospital de Clínicas de Porto Alegre, que realizaram entrevista clínica e aplicação do *Mini International Neuropsychiatric Interview* (MINI), entrevista breve para diagnóstico, *Hamilton Depression Rating Scale* (HAM-D), que avalia a gravidade da depressão por meio de sinais e sintomas avaliados pelo clínico, *The CORE Assessment of Psychomotor Change* (CORE), que classifica pacientes destacando sintomas motores e *Global Assessment of Functioning* (GAF), uma escala que estabelece funcionalidade do indivíduo. Em uma segunda parte da entrevista atribuída aos estudantes vinculados ao PROTHUM, foram realizados junto aos pacientes o questionário sociodemográfico e as escalas *Beck Depression Inventory* (BDI), que aponta sintomas de depressão através da percepção do paciente, e *World Health Organization Quality of Life-BREF* (WHOQOL-BREF), que avalia qualidade de vida sob quatro domínios (físico, psicológico, relações sociais e meio ambiente).

RESULTADOS: Dentre os fatores demográficos associados com exercício físico, observou-se que o estado civil divorciado tem associação negativa com prática de exercício físico [OR 0,22 (95% IC 0,57-0,86)]. Quanto às variáveis clínicas, depressão classificada como leve a moderada pela HAM-D e pelo BDI mostrou associação positiva significativa com prática de exercícios, sendo [OR 2,42 (95% IC 1,00- 5,88)] e [OR 3,96 (95% IC 1,41-11,15)], respectivamente. Já depressão do subtipo Melancólica apresentou associação negativa com prática de exercícios quando avaliada pelo MINI [OR 0,36 (95% IC 0,18-0,17)], mas não quando avaliada pelo CORE [OR 0,59 (95% IC 0,26-1,34)]. Tabagismo [OR 0,23 (95% IC 0,08-0,67)], pior funcionalidade de acordo com a GAF [OR 0,42 (95% IC 0,17-0,99)] e pior qualidade de vida no domínio psicológico do WHOQOL [OR 0,42 (95% IC 0,19-0,91)] apresentaram associação negativa com exercício físico.

CONCLUSÃO: Nossos achados sugerem que, em pacientes deprimidos, não fazer atividade física está associado ao subtipo melancólico e à maior gravidade da doença. Além disso, estado civil divorciado, tabagismo, baixa funcionalidade e pior qualidade de vida no domínio psicológico associaram-se com sedentarismo em pacientes deprimidos. Entretanto, estudos longitudinais são necessários para determinação da relação causal entre essas variáveis.