

ASSOCIAÇÃO ENTRE PRÁTICA DE EXERCÍCIO FÍSICO E PARÂMETROS CLÍNICOS E DEMOGRÁFICOS EM UM GRUPO DE PACIENTES COM DEPRESSÃO.

Autora: Mariana de Medeiros Uequet. Orientador: Prof. Dr. Marcelo Pio de Almeida Fleck. Grupo de Pesquisa do Programa de Transtornos do Humor (PROTHUM) – Hospital de Clínicas de Porto Alegre.

INTRODUÇÃO

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. A fim de promover estímulo a atividade física em pessoas com depressão maior, é fundamental entender quais grupos de pacientes com diagnóstico de depressão estão em maior risco de não realizar este tipo de tratamento não farmacológico.

OBJETIVOS E MÉTODOS

- Objetivos: Determinar, em uma população de pacientes adultos com depressão,
- N= 279
- Aplicação de questionários estruturados: MINI, entrevista breve para diagnóstico; HAM-D, que avalia a gravidade da depressão por meio de sinais e sintomas avaliados pelo clínico; CORE, que classifica pacientes destacando sintomas motores; GAF, uma escala que estabelece funcionalidade do indivíduo; questionário sociodemográfico; BDI, que aponta sintomas de depressão através da percepção do paciente e WHOQOL-BREF, que avalia qualidade de vida sob quatro domínios (físico, psicológico, relações sociais e meio ambiente).

RESULTADOS E CONCLUSÕES

Dentre os fatores demográficos associados com exercício físico, observou-se que o estado civil divorciado tem associação negativa com prática de exercício físico (tabela 1). Quanto às variáveis clínicas (tabela 2), depressão classificada como leve a moderada pela HAM-D e pelo BDI mostrou associação positiva significativa com prática de exercícios. Já depressão do subtipo Melancólica apresentou associação negativa com prática de exercícios quando avaliada pelo MINI, mas não quando avaliada pelo CORE. Tabagismo, pior funcionalidade de acordo com a GAF e pior qualidade de vida no domínio psicológico do WHOQOL apresentaram associação negativa com exercício físico.

Tabela 1. Correlatos demográficos de atividade física.

Correlato	Categoria	OR	95% CI lower	95% CI upper	P value
Estado civil	divorced	0.22	0.57	0.86	0.03

Tabela 2. Correlatos clínicos de atividade física

Correlato	Categoria	OR	95% CI	95% CI	P value
Gravidade da depressão(HAM-D)	leve	2.42	1.00	5.88	0.04
Gravidade da depressão(BDI)	Leve a moderada	3.96	1.41	11.1	0.009
Melancolia(MINI)	Sim x não	0.36	0.18	0.17	0.003
Tabagismo	Sim x não	0.23	0.80	0.67	0.007
GAF	Tercil1	0.42	0.17	0.99	0.04
Domínio psicológico	Tercil1	0.42	0.19	0.91	0.03