

Prevenção da doença de alzheimer

Aluizio Rolim Alves Ferreira Filho¹; Carolina Pessoa Rodrigues Ribeiro¹; Eduarda Vianna Guimarães Balestra¹; Fernanda Moreira Franco¹; Giovanna Cristina Moraes Barbosa Batista¹; Cristiane Teixeira Vilhena Bernardes².

1. Discente do Curso de medicina Centro Universitário UniEVANGÉLICA
2. Docente do Curso de medicina Centro Universitário UniEVANGÉLICA

RESUMO: O mal de Alzheimer caracteriza-se por demência ou perda de funções cognitivas, memória, orientação, comportamento, linguagem, capacidade de cálculo, causada pela morte de células cerebrais. O presente trabalho tem como objetivo analisar a alimentação e os exercícios físicos como fatores de prevenção da doença de alzheimer. A metodologia utilizada foi pesquisa aos bancos de dados da Scielo, Google Acadêmico e PubMed, por artigos originais publicados entre 2013 e 2017, que apresentaram maior rigor científico. Os resultados obtidos revelam que a alimentação com metilxantina e vitamina D, além de exercícios físicos colaboram na prevenção da doença de Alzheimer. Com isso, conclui-se que por ser uma doença multifatorial, é necessário atuar em diversos campos cerebrais e comportamentais para que estes se desenvolvam e evitem as degenerações dos neurônios, que causam doenças como a demência.

Palavras-chave:

Prevenção.
Alzheimer.
Alimentação.
Exercícios físicos.
Vitamina D.