



Efeitos do exercício físico e imunossenescência em idosos

AUTORES

Wylker Souza Saraiva
Silvana Furstenau
Valdir Henrique Melo da Rocha
Diego Soares Souza
Juliana Medes de Matos Souza
Gedeon Souza Neres
Leojulia Ferreira Maia
Elisa Pinheiro

Universidade Regional de Gurupi, Gurupi,
Tocantins, Brasil.

CONTATO

profwylker@gmail.com

Rev Bras Ativ Fis Saude 24(suppl 1):106

Resumo: Em decorrência do processo de envelhecimento aparecem várias doenças que afetam o sistema imune, O exercício físico é considerado um auxílio em relação a essas doenças. Este estudo caracteriza-se como uma revisão sistemática que se buscou realizar uma pesquisa descritiva e qualitativa com intuito de identificar, a atitude dos indivíduos em relação aos fatores que implicam no processo de imunossenescência e sistema imune de idosos. A revisão pode ser descrita em quatro passos: O primeiro passo foi à criação de uma pergunta, O segundo passo está abraçado pela necessidade de busca em fontes confiáveis, e artigos em um tempo determinado, o terceiro passo se deu pela revisão e seleção dos estudos levantados, durante a seleção dos estudos, quarto passo da revisão sistemática foi a análise metodológica dos estudos. Como critérios de inclusão: artigos publicados em língua portuguesa e inglesa entre 2014 a 2019, como amostra de idosos investigados, sobre sistema imunológico e exercício físico. A base de dados da pesquisa foram os sites Scielo, Google Acadêmico e Lilacs. Como critérios de exclusão artigos, livros e revistas que não possuem qualis. Na análise de dados foi utilizado o software IRAMUTEQ. Os resultados obtidos dos estudos demonstraram modificações importantes na resposta imune em pacientes idosos que praticam exercícios físicos de maneira moderada, melhorando ação de anticorpos a resposta a novos抗ígenos mostrando que o exercício físico é um poderoso estímulo para o sistema imune.

Palavras-chave: Envelhecimento; Exercício físico; Imunossenescência



Este obra está licenciado com uma Licença
Creative Commons Atribuição-NãoComercial-
Compartilhável 4.0 Internacional.



XII CBAFS