

A IMPORTÂNCIA DO EXERCÍCIO FÍSICO NA REDUÇÃO DA MORTALIDADE EM PACIENTES COM LÚPUS ERITEMATOSO SISTÊMICO NA REGIÃO SUL DO BRASIL: UMA ANÁLISE EPIDEMIOLÓGICA E REVISÃO DA LITERATURA

Denise de Castro Insaurriaga Silva¹, Aline de Lima Santos², Braulio Henrique Magnani Branco³

¹Mestra em Ensino. Docente da Graduação em Educação Física. E-mail: denise.insaurriaga@gmail.com; ²Doutora em Enfermagem. Docente da Graduação em Medicina e do Programa de Pós-Graduação em Promoção da Saúde - Stricto Sensu. E-mail: aliny.santos@unicesumar.edu.br;

³Doutor em Ciências do Esporte. Professor Associado, Coordenador e Docente Permanente do Programa de Pós-Graduação em Promoção da Saúde. E-mail: braulio.branco@unicesumar.edu.br

Introdução: O Lúpus Eritematoso Sistêmico (LES) é uma doença autoimune crônica que afeta múltiplos sistemas do corpo, resultando em uma elevada taxa de morbidade e mortalidade. Complicações cardiovasculares, renais e infecciosas estão entre as principais causas de óbito em pacientes com LES. O exercício físico é amplamente reconhecido por seus benefícios para a saúde no manejo de doenças crônicas. Em pacientes lúpicos, a prática regular de exercícios pode melhorar a função cardiovascular, aumentar a força, reduzir a inflamação e melhorar a saúde mental. **Objetivo Geral:** Realizar análise epidemiológica quantitativa acerca de óbitos entre lúpicos de 2012 e 2022 e buscar na literatura estudos que demonstrem a eficácia dos exercícios físicos como protetores cardiovasculares e do sistema imunológico. **Objetivo Específico:** Evidenciar a importância do exercício físico nesta população. **Propor** a inclusão do exercício físico como protocolo de tratamento. **Material e Método:** Foram utilizados dados disponíveis na Plataforma TabNet do DataSus, relacionados aos óbitos de pessoas com LES na região sul do Brasil entre os anos de 2002 e 2022. Para apresentar os benefícios do exercício físico e da atividade física para lúpicos, foi realizada revisão de literatura nas plataformas Scielo, PubMed e MedLine publicadas entre 2019 e 2024. **Resultados e Discussão:** O número de pessoas na região Sul do Brasil que foram a óbito em decorrência do LES foi de 1.347 pessoas. Sendo o maior caso de mortes encontrado no estado do PR, seguido por RS e SC. A faixa de maior incidência de óbito está entre os 40 e 49 anos, seguido dos 20 aos 29 anos de idade. **Considerações Finais:** Os achados destacam que o exercício físico vai além da promoção da saúde, atuando como uma intervenção crucial para a manutenção do LES sob controle. Esses benefícios são amplamente aplicáveis, melhorando o manejo clínico, a qualidade de vida dos pacientes, e influenciando positivamente as políticas de saúde pública e a educação dos profissionais de saúde. **Contribuições para Saúde:** No que se refere ao manejo clínico a estes doentes, a incorporação de programas de exercícios físicos no tratamento regular de pacientes com LES oferece uma abordagem complementar às terapias farmacológicas, ajudando a controlar os sintomas e reduzir a inflamação. Outros benefícios estão relacionados a qualidade de vida desses pacientes, uma vez que a prática de exercícios físicos contribui para a redução dos sintomas de depressão e ansiedade. Referente aos impactos diretamente em políticas de saúde pública, a inclusão de programas de exercícios físicos para pacientes lúpicos pode contribuir tanto para o desenvolvimento de diretrizes clínicas. Por fim, cito as possíveis reduções de custos para a saúde, tanta através da redução de hospitalizações quando da prevenção de doenças crônicas.

Descritores: Lúpus Eritematoso Sistêmico, Exercício Físico, Políticas Públicas.