

PERFIL DOS PARTICIPANTES DE UM PROGRAMA DE EXERCÍCIOS FÍSICOS EM SANTA CRUZ - RN.

Bartolomeu Fagundes de Lima Filho, Fernanda Rosângela de Araújo, Ana
Paula Trussardi Fayh, *Karla Luciana Magnani, Marina Pegoraro Baroni

Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN)

Faculdade de Ciências da Saúde do Trairi (FACISA)

*klmagnani@gmail.com

Objetivo: Analisar o perfil dos participantes de um programa de exercícios físicos na cidade de Santa Cruz, RN. **Metodologia:** O estudo foi realizado a partir de uma ação de extensão de atendimento clínico realizada no componente curricular de Prática Supervisionada I: Cardiologia, Pneumologia e Angiologia, do curso de graduação de Fisioterapia, da Faculdade de Ciências da Saúde do Trairi/UFRN, no Centro de Treinamento (CT) da cidade de Santa Cruz/RN. Foi realizada uma média de $27,61 \pm 5,78$ sessões de atendimento. A amostra foi composta por 23 indivíduos diabéticos e/ou hipertensos (obtidos por diagnóstico médico), com idade média de 54,43 ($\pm 1,97$) anos. Foram avaliados: 1) índice de massa corporal (IMC), verificado pela razão entre a massa corporal (MC) e o quadrado da estatura (kg/m^2); 2) relação cintura/quadril resultante da razão entre as circunferências da cintura (CC) e do quadril (CQ); 3) volumes e capacidades pulmonares, pelas variáveis de capacidade vital forçada (CVF), volume expiratório forçado no primeiro segundo (VEF_1) e pico de fluxo expiratório (PEF), por meio do espirômetro modelo KoKo Legend Spirometer, Ferraris Respiratory®; 4) força dos músculos respiratórios, por meio da análise da pressão inspiratória máxima ($\text{PI}_{\text{máx}}$) e pressão expiratória máxima ($\text{PE}_{\text{máx}}$), aferidas pelo manovacuômetro

analogico (MV 300, WIKA, com escala de +300 a -300cmH₂O); 4) avaliação da aptidão cardiorrespiratória por meio do teste de caminhada de 6 minutos (TC6'). Foi realizada a análise descritiva dos dados, utilizando-se o software *Excel*. **Resultados:** Foram avaliados 21 mulheres e 2 homens. Destes, 8 (34,8%) têm idade igual ou superior a 60 anos, 15 (65,2%) são hipertensos e 11 (47,8%) diabéticos. Observou-se que 34,8% (n=8) indivíduos estão com sobrepeso e 43,5% (n=10) são obesos. Ainda, 73,9% (n=17) apresentaram relação cintura/quadril aumentada. Na avaliação respiratória, os resultados dos volumes e capacidades respiratórios foram: 2,88±0,54l para a CVF; 5,40±1,69l/s para a PEF e 2,19±0,66l/s para a VEF₁. Enquanto que ao resultado da prova de força dos músculos respiratórios, observou-se que 21 indivíduos realizaram o teste, em que 26,6% (n=6) e 19% (n=4) destes apresentaram valores de P_IMax (71,57±23,87cmH₂O) e P_Emax (90,19±24,26cmH₂O) reduzidos, respectivamente. Quanto à avaliação da aptidão cardiorrespiratória, apenas 15 sujeitos realizaram o TC6', onde foi verificado que 53,3% (n=8) apresentaram distância percorrida abaixo do previsto. **Conclusão:** Esta avaliação permitiu observar que, apesar da maioria dos indivíduos apresentarem integridade do sistema respiratório, mais da metade apresentam sobrepeso/obesidade, elevado depósito de gordura abdominal (relação C/Q) e aptidão cardiorrespiratória abaixo do esperado. Estes dados são essenciais para o conhecimento acerca da saúde destes indivíduos e para a elaboração de estratégias de intervenção que melhor atendam as necessidades deste grupo de participantes de um programa de exercícios físicos no município de Santa Cruz, RN.

Palavras-chave: Testes de função respiratória, Antropometria, Sistema Cardiovascular.