

INFLUÊNCIA DAS VARIÁVEIS PRESSÃO ARTERIAL E FREQUÊNCIA CARDÍACA DE REPOUSO EM 1 MINUTO NO PROCESSO DE ENVELHECIMENTO EM ADULTOS JOVENS.

Introdução: o processo de envelhecimento tende a alterar aspectos pontuais e fisiológicos do corpo que, por sua vez, podem ser estagnados ou amenizados de acordo com o estilo de vida adotado pelo indivíduo. **Objetivo:** comparar, através de um estudo transversal, a influência da pressão arterial e frequência cardíaca de repouso mensuradas em 1 minuto, em estudantes ativos e sedentários do curso de educação física da Universidade Potiguar. **Metodologia:** A população do estudo foi composta mediante a participação de estudantes do curso de educação física da UNP (Universidade Potiguar do RN) nas áreas de Licenciatura e Bacharelado (n=151). A amostra foi selecionada atendendo aos critérios de inclusão, sem qualquer problema de saúde que impedisse a sua participação e a voluntariedade. A amostragem foi do tipo não probabilística, por intencionalidade, sendo composta por 151 indivíduos, consistindo em 94 homens e 57 mulheres, subdivididos de acordo com a idade, de até 20 anos, de 21 à 30, de 31 à 40, e mais de 41 anos, com média de idade de 28,53 anos. A natureza da pesquisa é básica, cuja técnica para a coleta de dados é descritiva-correlacional. Como instrumentos de coleta foram utilizados o esfigmomanômetro de marca Premium analógico de mercúrio e estetoscópio da mesma marca para aferição da pressão arterial e cronômetro digital para o registro da frequência cardíaca de repouso, realizando a palpação radial em 1 minuto. As duas variáveis foram conferidas no NAF (Núcleo de Avaliação Física da UNP-RN) no turno vespertino das 14h as 18h. A análise estatística foi feita com dados descritivos, com medidas de tendência central e dispersão. Resultados: o primeiro grupo masculino com idade até 20 anos apresenta uma média de FC em 1min de 69 e PA de 113,48/75,65mmhg; o segundo, FC 67 e PA 117,76/73,79mmgh; o terceiro, FC 70,2 e PA 118/75,5mmhg, e o último de FC 72,33 e PA 140/86,67mmgh. Já o feminino apresentou a média de FC de 71,29 e PA 110/74,71mmgh, FC 72,71, PA 111,29/73mmgh, e FC de 69,44 e PA de 105,56/68,89. De acordo com as médias podemos verificar as respostas da frequência cardíaca e pressão arterial em estudantes de educação física da UNP/RN, levando em conta a faixa etária.

Palavras-chave: Envelhecimento; frequência cardíaca e pressão arterial.