

INCOMPETÊNCIA CRONOTRÓPICA EM IDOSOS INGRESSANTES EM UM PROGRAMA DE ATIVIDADE FÍSICA

Introdução: nos últimos censos realizados pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), a população idosa no Brasil tem crescido de forma importante. Atualmente, 7,4% da população possui idade igual ou superior a 65 anos. Estimativas globais apontam que a inatividade física aumenta conforme o progredir da idade, e este modelo de estilo de vida é um dos fatores responsáveis por cerca de 6% das ocorrências de doenças cardiovasculares, onde estas tem correlação significativa com a incompetência cronotrópica (IC). A IC pode ser conceituada como a incapacidade de atingir 80% da reserva cronotrópica (RC) prevista para idade, sendo um preditor independente para disfunções autonômicas e morfológicas cardíacas. **Objetivo:** verificar a prevalência de IC em idosos ingressantes em um programa de atividade física e possível associação com o nível de atividade física habitual. **Métodos:** a amostra foi constituída por 18 idosos ($67,5 \pm 6,8$ anos; $27,1 \pm 4,4$ kg/m²) recrutados aleatoriamente, ingressantes em um programa de exercício físico da Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN) no município de Natal-RN. A frequência cardíaca máxima (FC_{máx}) foi obtida em teste ergométrico máximo. Foram excluídos do estudo idosos em uso de fármacos com efeito cronotrópico negativo. O nível de atividade física foi avaliado pelo *International Physical Activity Questionnaire* (IPAQ, versão longa). Utilizou-se da estatística descritiva, média e desvio padrão por meio do software Microsoft Excel versão 2010. **Resultados:** em relação ao nível de atividade física, foi observada a seguinte distribuição: “muito ativo” = 2 (11,1%); “ativo” = 12 (66,6%); “irregularmente ativo” = 4 = (22,2%). Em relação à IC, apenas um sujeito apresentou essa característica, sendo do grupo ativo fisicamente. **Conclusão:** houve baixa prevalência de IC na amostra investigada. Além disso, não foi observada associação com o nível de atividade física. Tal fato pode ter ocorrido pelo alto nível de atividade física dos investigados. A limitação do estudo é o tamanho amostral. Logo, se faz necessário à investigação de uma maior casuística para confirma ou refutar tais aspectos.