



INTERVENÇÃO MULTIPROFISSIONAL NOS INDICADORES CARDIOMETABÓLICOS E APTIDÃO FÍSICA RELACIONADA À SAÚDE EM MULHERES OBESAS.

Maria Lavínia da Silva
Unespar/Campus Paranavaí, gn81997864437@gmail.com

Adriana Gallego Martins
Unespar/Campus Paranavaí, adriana.martins@ies.unespar.edu.br

Modalidade: Extensão
Programa Institucional: PIBEX

Grande Área do Conhecimento: Ciências da Saúde

RESUMO: Aporte teórico: O excesso de peso é um grande problema de saúde pública, afetando diferentes faixas etárias, tendo como causa principal o desequilíbrio entre consumo e gasto energético. A obesidade pode ser preditora de fatores de riscos cardiometabólicos, como hipertensão arterial sistêmica, resistência à insulina, dislipidemia, aterosclerose, diabetes e outros. Diante disso, é fundamental o desenvolvimento de estratégias efetivas para sua prevenção e controle. Objetivo: verificar a efetividade de um programa de intervenção envolvendo ações relacionadas à educação psicológica, nutricional e física, para a melhoria de parâmetros metabólicos e aptidão física relacionada à saúde. Procedimentos Metodológicos: estudo experimental, composto por 34 mulheres obesas de 29 a 58 anos, participantes de um programa multiprofissional em Paranavaí-Pr, durante 16 semanas. Realizou-se avaliações pré e pós-intervenção por meio de exames laboratoriais (HDL, triglicérides, LDL, colesterol total, glicemia, hemoglobina glicada, insulinemia, Homa-IR), e de testes da aptidão física relacionada à saúde, como IMC, percentual de gordura corporal, aptidão cardiorrespiratória (teste de caminhada-6min. [TC6M], frequência cardíaca [FC], percepção subjetiva do esforço [PSE], força muscular abdominal e de membros inferiores e flexibilidade de tronco/pernas). Os dados foram tabulados utilizando o programa Microsoft® Excel (2010) e SPSS (Statistical Package for Social Sciences), e analisados através do teste t para comparação com índice de significância com valor de p menor que 0,05. Resultados: Os resultados mostraram uma melhora significativa na aptidão cardiorrespiratória, mostrando uma diminuição da FC em repouso de $103,5 \pm 14,5$ para $82,8 \pm 14,6$, da FC pós-teste de TC6M de $110,2 \pm 17,5$ para $94,5 \pm 17,5$ e da PSE de $5,8 \pm 1,2$ para $2,1 \pm 0,6$ após a intervenção. Houve também melhora na força muscular abdominal ($30,3 \pm 19,2$ para $41,4 \pm 27,4$) e de membros inferiores ($11,2 \pm 2,5$ para $14,3 \pm 1,8$). Observou-se uma redução expressiva dos níveis séricos de glicemia (104 ± 53 para 93 ± 35), insulina ($18,49 \pm 8,81$ para $12,41 \pm 5,29$), Homa-IR, ($4,69 \pm 2,57$ para $2,86 \pm 1,46$), e um alto aumento de HDL (49 ± 10 para 68 ± 15). Conclusões: Os dados obtidos podem indicar uma diminuição dos riscos para o desenvolvimento de doenças cardiometabólicas e outros transtornos relacionadas à obesidade. Esses resultados apontam para a importância da implementação de programas de intervenção multiprofissionais, a fim de tratar o crescente problema da obesidade no país.

Palavras-chave: intervenção. riscos cardiometabólicos. obesidade.

Realização



PRPPG
Pró-Reitoria de Pesquisa
e Pós-Graduação

PROEC
Pró-Reitoria de Extensão
e Cultura

Apoio



PARANÁ
GOVERNO DO ESTADO
SECRETARIA DA CIÊNCIA,
TECNOLOGIA E ENSINO SUPERIOR

