

CDS - CÂMARA DE CIÊNCIAS DA SAÚDE ( PÔSTER )

NOME: ISADORA GOMES ALVES MARIANO

TÍTULO: AVALIAÇÃO DO DESEMPENHO E NÍVEIS PRESSÓRICOS NO TESTE DE 3.000 M – RESULTADOS PARCIAIS.

AUTORES: JOSÉ VITOR VIEIRA SALGADO., ISADORA GOMES ALVES MARIANO, ISADORA GOMES ALVES MARIANO, HELTON OLIVEIRA CAMPOS, JOÃO VICTOR SOUZA GOMES, JONAS FERREIRA SILVA, ISABELLA CAROLINA SILVA PEREIRA, ANA JÚLIA DIAS, FERNANDA KELLY DE MELO, JOSÉ VITOR VIEIRA SALGADO

AGÊNCIA FINANCIADORA (se houver): NÃO POSSUI

PALAVRA CHAVE: PRESSÃO ARTERIAL ;MASSA CORPORAL; ATIVIDADE FÍSICA; CAMINHAR ;CORRER.

## RESUMO

Caminhar e Correr são atividades físicas promotoras de respostas fisiológicas que interferem na pressão arterial. O objetivo do estudo foi realizar avaliação do desempenho e dos níveis pressóricos dos voluntários do projeto de extensão "Caminhar e Correr para Viver Melhor" durante o teste de 3.000 m. Foram avaliados 30 voluntários (22 mulheres e 8 homens). O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (90396218.0.0000.5115). Foram realizadas avaliações iniciais da idade, massa corporal, altura, Índice de Massa Corporal (IMC), Pressão Arterial Sistólica (PAS) e Diástolica (PAD) de repouso. Em segundo encontro foi realizado teste de 3.000 m Time Trial, onde foi determinado o tempo para completar o percurso e aferidas a PAS e a PAD antes do teste (PASi, PADi) e após (PASf, PADf). Para a análise de associação entre a massa corporal e níveis pressóricos foi realizado uma regressão linear e teste t de Student com nível de significância de 5%. Os voluntários apresentaram as características (idade: 31,7 ±12,2 anos; massa corporal: 71,8 ±15,1 Kg; altura: 1,64 ±0,07 m; IMC: 26,4 ±5,3 kg.m<sup>2</sup>; PAS: 110,3 ±9,9 mmHg; PAD: 71,6 ±7,4 mmHg). O tempo gasto para a realização do teste de 3.000 m foi de 22,5 ±5,0 min. No teste ocorreu aumento significativo da PAS (PASi: 108,6 ±8,9 vs. PASf: 132,6 ±14,6 mmHg; p<0.05), e a PAD não apresentou diferenças (PADi 72,6 ±6,9 vs. PADf: 73,6 ±11,8 mmHg; p>0.05). Os dados de massa corporal não estão associados aos níveis de PASi (r = 0,28; p>0,05), PASf (r =0,20; p>0,05), PADi (r =0,22; p>0,05) e PADf (r =0,12; p > 0,05) alcançados no teste de 3.000 m. Não foi verificada correlação entre a PA e a massa corporal. De acordo com MCardle et al., (2002), o fluxo sanguíneo aumenta elevando a PAS em indivíduos treinados ou sedentários. Durante o teste verificou-se o aumento da PAS entre 140 e 160 mmHg e a PAD permaneceu constante. Desta forma o teste realizado não interferiu nos níveis pressóricos e demonstrou ser independente da massa corporal.