



Evento	Salão UFRGS 2014: SIC - XXVI SALÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA UFRGS
Ano	2014
Local	Porto Alegre
Título	Comportamento da pressão arterial de idosos ao longo de cinco anos de treinamento de corrida em piscina funda
Autor	EDMILSON PEREIRA LUCAS
Orientador	LUIZ FERNANDO MARTINS KRUEL

O objetivo do presente estudo foi identificar o comportamento da pressão arterial de repouso, média e máxima de homens e mulheres idosos durante 5 anos de treinamento de corrida em piscina funda. A amostra foi composta por 39 idosos, normotensos (n=17) e hipertensos (n=22), participantes de um programa de extensão de corrida em piscina funda da Universidade Federal do Rio Grande do Sul. A corrida em piscina funda era realizada duas vezes por semana (45 minutos por sessão) de março a dezembro e tinha como objetivo principal a melhora cardiorrespiratória dos sujeitos. A intensidade era prescrita pela escala de esforço percebido de Borg (6-20). A cada ano, os sujeitos deveriam apresentar um eletrocardiograma de esforço contendo os valores de pressão arterial de repouso e máxima. Avaliou-se cinco exames seguidos, correspondendo a cinco anos de treinamento, de cada sujeito para a realização do presente estudo. Para análise dos dados, utilizou-se estatística descritiva. Foram utilizados os testes de Shapiro-Wilk, Levene e ANOVA two-way com post-hoc de Bonferroni ($\alpha=0,05$). A pressão arterial sistólica de repouso apresentou uma manutenção ao longo do tempo em ambos os grupos, sendo que os hipertensos apresentaram os maiores valores (Grupo hipertenso: 1º ano $126,92 \pm 11,82$; 2º ano $131,53 \pm 14,19$; 3º ano $129,61 \pm 18,42$; 4º ano $126,92 \pm 13,77$; 5º ano $130,38 \pm 18,08$; Grupo normotenso: 1º ano $120,00 \pm 11,54$; 2º ano $115,00 \pm 18,02$; 3º ano $116,00 \pm 14,50$; 4º ano $112,57 \pm 18,24$; 5º ano $115,71 \pm 19,88$). Da mesma forma a pressão arterial diastólica de repouso se manteve constante nos dois grupos, sendo que os hipertensos apresentaram os maiores valores (Grupo hipertenso: 1º ano $85,41 \pm 8,90$; 2º ano $89,58 \pm 12,14$; 3º ano $84,58 \pm 14,37$; 4º ano $82,50 \pm 7,22$; 5º ano $81,66 \pm 11,34$; Grupo normotenso: 1º ano $80,00 \pm 10,00$; 2º ano $74,28 \pm 11,70$; 3º ano $75,57 \pm 9,51$; 4º ano $75,14 \pm 10,88$; 5º ano $74,28 \pm 7,86$). Já a pressão arterial média de repouso não apresentou diferença significativa entre os grupos e no tempo (Grupo hipertenso: 1º ano $184,44 \pm 18,68$; 2º ano $183,65 \pm 14,02$; 3º ano $186,11 \pm 23,75$; 4º ano $181,9 \pm 20,85$; 5º ano $184,76 \pm 24,32$; Grupo normotenso: 1º ano $174,70 \pm 16,16$; 2º ano $173,07 \pm 23,65$; 3º ano $171,29 \pm 18,04$; 4º ano $166,62 \pm 17,46$; 5º ano $168,52 \pm 19,71$). A pressão arterial sistólica máxima, não apresentou diferenças nos grupos, porém ocorreu uma diminuição significativa dos seus valores do terceiro para o quarto ano (Grupo hipertenso: 1º ano $181,92 \pm 25,62$; 2º ano $173,92 \pm 24,19$; 3º ano $182,14 \pm 25,84$; 4º ano $157,50 \pm 21,00$; 5º ano $167,92 \pm 20,86$; Grupo normotenso: 1º ano $166,87 \pm 24,33$; 2º ano $171,25 \pm 33,24$; 3º ano $183,62 \pm 16,80$; 4º ano $147,50 \pm 26,04$; 5º ano $171,25 \pm 29,00$). A pressão arterial diastólica máxima apresentou uma manutenção ao longo do tempo em ambos os grupos (Grupo hipertenso: 1º ano $82,85 \pm 3,93$; 2º ano $81,42 \pm 3,77$; 3º ano $80,00 \pm 5,77$; 4º ano $82,85 \pm 3,93$; 5º ano $83,42 \pm 9,43$; Grupo normotenso: 1º ano $82,14 \pm 8,09$; 2º ano $82,14 \pm 9,06$; 3º ano $79,28 \pm 9,75$; 4º ano $76,42 \pm 12,48$; 5º ano $78,57 \pm 6,90$). Por fim a pressão arterial média máxima, não apresentou alteração significativa entre os grupos e no tempo (Grupo hipertenso: 1º ano $239,42 \pm 30,76$; 2º ano $233,41 \pm 27,92$; 3º ano $234,52 \pm 27,76$; 4º ano $218,41 \pm 35,94$; 5º ano $224,69 \pm 30,83$; Grupo normotenso: 1º ano $219,62 \pm 25,94$; 2º ano $226,82 \pm 32,24$; 3º ano $224,35 \pm 22,56$; 4º ano $204,21 \pm 32,61$; 5º ano $224,84 \pm 28,72$). A prática de corrida em piscina funda promove uma manutenção dos valores da pressão arterial, tanto em situação de repouso quanto em exercício, em idosos normo e hipertensos. Este resultado é de grande relevância clínica, pois o processo de envelhecimento tende a aumentar os valores de pressão arterial, podendo resultar em doenças cardiovasculares.