

AVALIAÇÃO DOS FATORES DE RISCO CARDIOVASCULAR EM PACIENTES OBESOS QUE FAZEM EXERCÍCIO

FRANCIELLI GOMES^{1,2*}, MAIARA RIBEIRO³, MATHEUS RIBEIRO BIZUTIS⁴, DÉBORA TAVARES DE RESENDE E SILVA^{5, 6}.

1 Introdução/Justificativa

Estudos apontam a obesidade como condição que predispõe à maior morbidade e mortalidade, a relação entre grau de obesidade e incidência de doença cardiovascular (DCV) tem sido abundantemente descrita na literatura (PINHEIRO, 2004). No Brasil os índices de mortalidade por DCV representam a primeira causa de morte, aproximadamente metade da população encontra-se acima do peso, causados principalmente pelo aumento do consumo calórico e ao sedentarismo (PINHEIRO, 2004). O exercício físico quando praticado de forma regular, pode atuar na prevenção dessas doenças, tal atividade traz benefícios importantes para a redução de taxas de riscos para pacientes com doenças crônicas. A inflamação tem sido implicada na DCV e os prováveis benefícios terapêuticos da prática do exercício para os portadores destas doenças, relacionados aos efeitos anti-inflamatórios que ocorre com a regularidade da prática de tal atividade (Ogonovszky et al., 2005). A iniciativa da pesquisa encontra sua justificativa em achados de estudos anteriores que identificaram essa população como portadoras de fatores de risco para DCV. A experiência dos pesquisadores envolvidos corrobora para que este projeto seja uma ferramenta de utilidade pública além dos resultados esperados, gerados através deste projeto, espera-se que os acadêmicos envolvidos possam desenvolver o perfil de pesquisador e estudiosos do assunto.

2 Objetivos

- 1 Acadêmica do curso de bacharelado em Enfermagem, Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS), *campus* Chapecó-SC. Contato: francielli_gomes@hotmail.com
- 2 Grupo de Pesquisa GEPISC
- 3 Mestranda da Universidade Estadual de Maringá-PR
- 4 Acadêmico do curso de Medicina, Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS), *campus* Chapecó
- 5 Professora Doutora no curso de Enfermagem e Medicina, Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS), *campus* Chapecó-SC.
- 6 Grupo de Pesquisa GEPISC



O presente estudo objetivou avaliar o fator de risco cardiovascular em pacientes obesos que fazem exercício físico, aplicando ferramentas e métodos antes e depois da realização de um protocolo de exercício físico.

3 Material e Métodos/Metodologia

A pesquisa é de caráter intervencional, exploratório, longitudinal, com análise quantitativa analítica. O estudo realizado nas Unidades Básicas de Saúde (UBS) do município de Chapecó. A população incluída são os obesos, de ambos os sexos, com idade maior ou igual há 20 anos, residentes em Chapecó/SC. Excluiu-se da pesquisa os praticantes de auriculoterapia, os que foram a óbito e desistentes. A coleta de dados ocorre por meio de questionário e dados do prontuário, adquiridos posteriormente à assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Utilizaram-se ferramentas e métodos para mensurar aspectos de saúde e qualidade de vida dos participantes, antes e depois de quatro semanas de exercício físico. Feito hemoglicoteste e coleta sanguínea para avaliar o perfil lipídico (colesterol total, LDL, HDL e triglicerídeos). Foram coletadas as medidas antropométricas (peso, altura e circunferência abdominal) e medidas de cintura, quadril e pescoço bem como parâmetros hemodinâmicos (frequência cardíaca e pressão arterial). A coleta da amostra sanguínea consistirá em uma amostra de 10 ml antes e uma amostra de 10 ml depois da realização do protocolo de exercício físico, realizada na sala de coletas de amostras biológicas da UBS por um profissional qualificado usando técnica asséptica para punção venosa. As amostras são mantidas refrigeradas em uma caixa de isopor até ser iniciado o processo de análises no laboratório da Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS) onde serão separadas por meios automatizados para a análise dos níveis de colesterol total, LDL, HDL, triglicerídeos e glicídicos, realizadas por meio de kits comerciais para análises específicas e equipamentos no laboratório 108 “Preparo Histológico”. Os dados obtidos são tabulados em planilha e submetidos aos testes estatísticos adequados para cada amostra.

4 Resultados e Discussão

Média do Peso dada em Kg e média do IMC pré e pós realização do Protocolo de Exercício Físico.

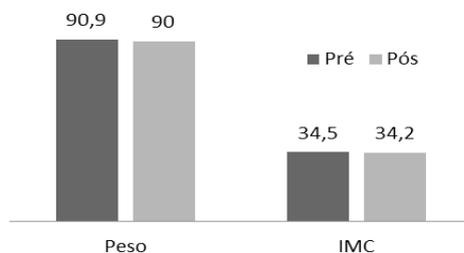


Figura 1

Média das medidas corporais dadas em centímetros pré e pós realização do Protocolo de Exercício Físico.

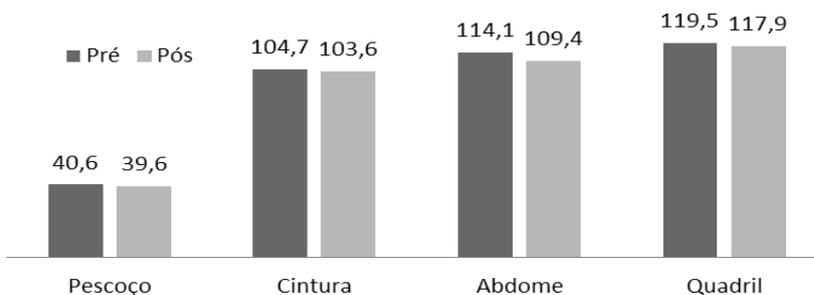


Figura 2

Média dos resultados do exame de sangue do Perfil Lipídico (colesterol total, LDL, HDL e triglicerídeos) e Glicose, pré e pós realização do Protocolo de Exercício Físico.

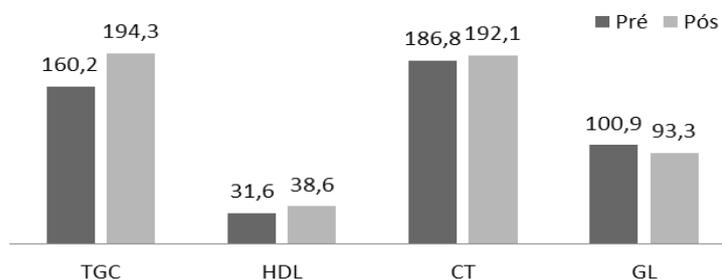


Figura 3

É evidente a eficácia da prática regular de exercícios físicos na perda de peso, conseqüentemente, colaborando na diminuição dos parâmetros bioquímicos dos riscos de desenvolvimento de DCV resultantes também do aumento do estresse oxidativo, afetando



suas reações, corroborando em dissipar o aglomerado das células inflamatórias nesse processo.

5 Conclusão

O projeto em andamento vem apresentando resultados significantes, contando com seu tempo de execução. É visto a melhora da qualidade de vida por meio da prática regular de exercícios físicos que geram mudanças e resultados positivos, tanto em situações patológicas quanto fisiológicas. Expondo a necessidade de sensibilizar da comunidade através da educação em saúde em insistir nessa alternativa de baixo custo e alto benefício que atenua os gastos para o SUS em longo prazo em diversas esferas.

Referências

PINHEIRO, A. R. O. et al. Uma abordagem epidemiológica da obesidade. **Revista de Nutrição**, Campinas, v.17, n.4, dez. 2004. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1590/S1415-52732004000400012>> . Acesso em 23 set. 2018.

OGONOVSKY, H. et al. The effects of moderate, strenuous, and overtraining on oxidative stress markers and DNA repair in rat liver. **Canadian Journal of Applied Physiology**, [S.l.]v. 30, n. 2, p. 186-95, Apr. 2005. Disponível em: < <https://doi.org/10.1139/h05-114>>. Acesso em 23 set. 2018.

Palavras-chave: Exercício Físico; Risco Cardiovascular; Obesidade;

Financiamento: UFFS.