

APTIDÃO FÍSICA DE PACIENTES COM INSUFICIÊNCIA RENAL CRÔNICA: COMPARAÇÃO ENTRE ATIVOS E SEDENTÁRIOS

MARCHESAN, M¹

KRUG, RR²

KRUG, MR³

NUNES, VGS⁴

RESUMO: Atualmente, as doenças e agravos não transmissíveis vêm aumentando os índices de morbi-mortalidade, sendo consideradas como um grande problema de saúde pública. Entre essas doenças pode-se mencionar a Insuficiência Renal Crônica (IRC). Essa patologia se caracteriza por uma perda da função renal e, geralmente, em suas fases mais avançadas o paciente precisa ser inserido em um programa de Terapia Renal Substitutiva (TRS) para manterem o equilíbrio interno do organismo. Nesta fase, ocorrem alterações que se fazem perceber em quase todos os sistemas do corpo: nervoso, cardiovascular, respiratório, musculoesquelético, imunológico e endócrino/metabólico. É relatado que pacientes em hemodiálise apresentam baixa tolerância ao exercício e descondicionamento, apesar de não totalmente compreendidos, mas relacionados à atrofia muscular, miopatia, má nutrição e diminuição das atividades corriqueiras. A atividade física pode contribuir com a reabilitação do paciente submetido à hemodiálise, amenizando os sinais e sintomas desse tratamento. Para demonstrar a importância da continuidade das atividades físicas na vida do paciente com IRC, o objetivo do presente estudo foi comparar a aptidão física de um grupo de pacientes ativos com um grupo de pacientes sedentários, que são submetidos à hemodiálise três vezes na semana. Com o objetivo definido solicitou-se a autorização do responsável pela Clínica Renal do Hospital Santa Lúcia, da cidade de Cruz Alta – RS para a realização do estudo. Após, foram selecionados os pacientes respeitando os seguintes critérios: idade (de 30 a 45 anos), gênero (masculino), tempo de hemodiálise (superior a 6 meses), e ausência de doença mental. Os pacientes selecionados assinaram um Termo de Consentimento Livre Esclarecido e foram submetidos a testes físicos e uma entrevista, ambos realizados na própria Clínica Renal. Para classificar os

¹Fisioterapeuta, Licenciada em Educação Física e Especialista em Saúde Pública (UNICRUZ). Aluna do Curso de Mestrado em Educação Física da UFPEL.

E-mail: moedfisio@yahoo.com.br

²Licenciado em Educação Física e aluno do Curso de Especialização em Ciências do Movimento Humano (UNICRUZ). Aluno do Curso de Especialização em Educação Física Escolar da UFSM. Aluno especial do Curso de Mestrado em Educação Física da UFPEL.

³Professora M.Sc. da UNICRUZ.

⁴Professor Dr. da ESEF/UFPEL.

pacientes em ativos e sedentários utilizou-se o Questionário Internacional de Atividades Físicas (IPAQ). Para avaliar a aptidão física foram utilizados os seguintes testes: *Teste de sentar e levantar*, para avaliar a resistência muscular localizada de membros inferiores; *Teste de abdominal*, para avaliar a resistência muscular de abdômen; *Testes de sentar e alcançar*, com a utilização do Banco de Wells e Dillon, para avaliar a flexibilidade e *Teste de seis minutos de caminhada (T6)*, para estimar o consumo máximo de oxigênio ($VO_{2máx}$). O tratamento estatístico foi realizado através do programa SPSS versão 11.0. Os resultados foram descritos em termos de média e desvio padrão. Para verificar se havia diferença entre o grupo de ativos e sedentários foi utilizado o teste “t” de Student, com $p \leq 0,05$. Os resultados demonstraram que os ativos possuem uma melhor aptidão física quando em comparação aos sedentários, apresentando diferenças significativas em todas as variáveis avaliadas. Conclui-se que os pacientes em tratamento hemodialítico podem melhorar sua aptidão física, bem como a sua capacidade de exercício, se for mantido elevado o nível de atividade física em suas vidas.

Palavras-chave: Hemodiálise. Atividade Física. Aptidão Física.

Referências

Almeida AL, Coelho DM, Godoy CG, Tavares H, Navarro F. Avaliação Funcional e Prescrição de Treinamento para portador de IRC submetido à hemodiálise: relato de

caso. *Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício*. 2007.

Henrique N. Mansur JRPL, Jefferson da S. Novaes. Nível de Atividade Física e Risco Cardiovascular de Pacientes com Doença Renal Crônica. *Jornal Brasileiro de Nefrologia*. 2007.

Kutner NG. How can exercise be incorporated into the routine care of patients on dialysis? *Int Urol Nephrol*. 2007.

Meyer Flávia, Piment Carlos Eduardo, Medeiros, Regina Helena. Aptidão física de indivíduo com doença renal crônica. *Jornal Brasileiro de Nefrologia*. 2002;24:81 - 7.

Ricardo Sesso AAL, Fernando Saldanha Thomé, José Luís Bevilacqua, João, Egidio Romão Junior JL. Resultados do Censo de Diálise da SBN, 2007. *Jornal Brasileiro de Nefrologia*. 2007; 29:197 - 2002.