

PRESSÃO ARTERIAL APÓS DUAS SESSÕES DE TREINAMENTO AERÓBICO EM INDIVÍDUOS JOVENS

Congresso Online De Diagnóstico Por Imagem Em Cardiologia, 1ª edição, de 13/04/2021 a 14/04/2021
ISBN dos Anais: 978-65-86861-85-3

TELES; Mayanne Macedo¹, TONELLI; Gabriel Bessa Tibery², SILVEIRA; Janne Marques³, SILVA; Marcos Gontijo da⁴, RODRIGUES; Elizângela Sofia Ribeiro⁵

RESUMO

A hipotensão pós-exercício (HPE) é caracterizada pela observação de valores de pressão arterial mais baixos após a realização de uma sessão de exercício. Existem alguns fatores que interferem na variação da HPE, tais quais as características de quem realizou o exercício, o tipo, a intensidade e a duração. Objetivou-se avaliar a pressão arterial e Frequência Cardíaca no exercício aeróbico nas intensidades de 60% e 80% da FC de treino em indivíduos jovens. Primariamente, após a aprovação do conselho de ética em pesquisa em humanos (parecer 4.347.781), foram selecionados 12 voluntários de ambos os性os e faixa etária entre 18 e 25 anos, formando um único grupo que realizou três diferentes sessões experimentais de exercício aeróbico na esteira ergométrica, sendo: intensa (80% da FC de treino), moderada (60% da FC de treino) e controle, em ordem randomizada. As variáveis frequência cardíaca (FC), pressão arterial sistólica (PAS), diastólica (PAD) e o cálculo da pressão arterial média (PAM) foram realizados ao repouso, antes de iniciar o exercício, imediatamente após o término do exercício descrito como (T0) e, em seguida, a cada 15 minutos (período de recuperação) durante 1 hora; Aplicou-se a análise de variância ANOVA para avaliar a magnitude da HPE para as comparações intra e inter-grupos das variáveis FC, PAS, PAD, PAM nas duas intensidades de esforço, com nível de significância de $p \leq 0.05$. Ao final, observou-se que não houve efeito hipotensor em nenhuma das intensidades de exercício aeróbico, 60% ou 80% da FC de treino, em adultos jovens.

PALAVRAS-CHAVE: Exercício Aeróbico, Frequência Cardíaca, Hipotensão, Pressão Arterial

¹ Fisioterapeuta pela Universidade de Gurupi, mayanneipi@hotmail.com

² Graduando em Medicina pela Universidade de Gurupi, gabrielbessa0412@gmail.com

³ Fisioterapeuta pelo Centro Universitário do Triângulo Mineiro - Especialista em Fisioterapia Cardiorrespiratória pelo Centro Universitário do Triângulo Mineiro - Mestre em Fisioterapia Cardiorrespiratória pelo Centro Universitário do Triângulo Mineiro - jannefisio@yahoo.com.br

⁴ Biomédico pela Universidade Federal de Goiás - Biólogo pela Universidade Federal de Goiás - Mestre em Medicina Tropical pela Universidade Federal de Goiás - Doutor em Medicina Tropical pela Universidade Federal de Goiás - biomedico_goi@uol.com.br

⁵ Fisioterapeuta pelo Centro Universitário do Triângulo Mineiro - Especialista em Fisioterapia Cardiorrespiratória pelo Centro Universitário do Triângulo Mineiro - Mestre em Fisioterapia Cardiorrespiratória pelo Centro Universitário do Triângulo Mineiro - elizangelaunirg@yahoo.com.br