

Apoio:



ANAIS - I CONGRESSO DE CIÊNCIAS DO MOVIMENTO HUMANO

6, 7 e 8 de Novembro

Belém
2019



Emmanuel Zagury Tourinho
Reitor da Universidade Federal do Pará

Gilmar Pereira da Silva
Vice-reitor da Universidade Federal do Pará

Marcelo Galvão
Secretário-Geral da Reitoria

Maria Iracilda da Cunha Sampaio
Pró-Reitora de Pós-Graduação e Pesquisa

Eliete da Cunha Araújo
Diretora do Instituto De Ciências Da Saúde

Anselmo de Athayde Costa e Silva
Coordenador do Programa De Pós-graduação De Ciências Do Movimento
Humano

Bianca Callegari
Vice Coordenadora do Programa De Pós-graduação De Ciências Do Movimento
Humano

Coordenador do Simpósio

Daniel Alvarez Pires

Vice Coordenador do Simpósio

Anselmo de Athayde Costa e
Silva

Editoração

Soany de Jesus Valente Cruz

Comissão Organizadora

Amanda de Queiroz Afonso
Anselmo de Athayde Costa e
Silva

Daniel Alvarez Pires
Daniel José Fontel da Silva
Felipe Augusto Santos
Ghislain Jean Andres Saunier
Luísa Freire da Silveira
Castanheira

Patrícia Martins Moraes
Priscila da Silva Azevedo
Soany de Jesus Valente Cruz
Thalita da Luz Costa
Tomé Edson dos Reis Moda
William Rafael Almeida Moraes

Comissão Científica

Anselmo de Athayde Costa e
Silva
Bianca Callegari
Daniel Alvarez Pires
Eduardo Macedo Penna
Ghislain Jean Andres Saunier
João Bento Torres Neto
João Simão de Melo Neto
Josafá Gonçalves Barreto
Laura Tomazi Neves
Marília Passos Magno e Silva
Maurício Oliveira Magalhães
Natali Valim Óliver Bento Torres
Victor Silveira Coswig

C749a Congresso de Ciências do Movimento Humano (1.: 2019 : Belém, PA)
Anais [recurso eletrônico] / 1º Congresso de
Ciências do Movimento Humano , 06,08 nov em Belém, PA -
Universidade Federal do Pará, Campus Guamá, 2019.
Disponível em: www.ics.ufpa.br

1. Avaliação e reabilitação - Congressos. 2. Esporte
- Congressos. 3. Atividade física e saúde. I. Programa de Pós-
Graduação em Ciências do Movimento Humano (PPGCMH) II. Instituto de
Ciências da Saúde (ICS) III. Pró-Reitoria de Pesquisa e Pós-
Graduação (PROPESP) IV. Título.

CDD: 613.7

2019

Universidade Federal do Pará
Instituto de Ciências da Saúde

Programa de Pós-Graduação em Ciências do Movimento Humano

Endereço: Av. Generalíssimo Deodoro, 01 - Umarizal, Belém - PA, 66050-160

Email: cmhufpa@gmail.com



PROGRAMAÇÃO

06 DE NOVEMBRO (QUARTA-FEIRA)

Hangar Convenções e Feiras da Amazônia (Auditório Marajó)
Av. Dr. Freitas s/n – Marco – Belém – Pará

08h00m **Credenciamento**

08h30m **Mesa de abertura do evento (Vice-Reitor da UFPA e demais autoridades).**

10h00m **Conferência de abertura: Pesquisa e Pós-Graduação na Área 21 da CAPES**

Convidada: Prof^a. Dr^a. Cláudia Regina Cavaglieri (UNICAMP)

Moderadora: Prof^a. Dr^a. Laura Tomazi Neves (PPGCMH)

12h00m **Intervalo de almoço**

14h00m **Conferência: Programa de Pós-Graduação em Ciências do Movimento Humano – perspectivas do curso.**

Convidado: Prof. Dr. Anselmo Costa e Silva (PPGCMH)

Moderador: Prof. Dr. Ghislain Jean Andres Saunier (PPGCMH)

16h00m **Mesa redonda 1: Avaliação e Reabilitação**

Prof. Dr. Maurício Oliveira Magalhães (PPGCMH): "**O que dizem as diretrizes atuais sobre o processo de rastreamento em pacientes com escoliose idiopática**"

Prof. Dr. João Simão de Melo Neto (PPGCMH): "**A Importância da Epidemiologia para a Reabilitação Física**"

Moderadora: Profa. Dra. Bianca Callegari (PPGCMH)

17h00m **Mesa redonda 2: Esporte, Atividade Física e Saúde**

Prof. Dr. Victor Silveira Coswig (PPGCMH): "**Monitoramento de Cargas por Variáveis Neuromusculares**"

Prof. Dr. Eduardo Macedo Penna (PPGCMH): "**Monitoramento de Cargas por Variáveis Neurocardiológicas**"

Prof. Dr. Daniel Alvarez Pires (PPGCMH): "**Monitoramento de Cargas por Variáveis Psicométricas**"

Moderador: Prof. Dr. Anselmo Costa e Silva (PPGCMH)



07 DE NOVEMBRO (QUINTA-FEIRA)

Auditório José Vicente Miranda, do Instituto de Ciências Jurídicas (ICJ)
Universidade Federal do Pará, Campus Guamá - Belém - Pará

09h00m Conferência: Neurociências e Reabilitação

Convidado: Prof^ª. Dr^ª. Claudia Domingues Vargas (UFRJ)

Moderador: Prof. Dr. Ghislain Saunier (PPGCMH)

11h00m Apresentações de trabalho – pôster

12h00m Intervalo de almoço

14h00m Conferência: Produção do Conhecimento em Esporte, Atividade Física e Saúde.

Convidado: Prof. Dr. Paulo Viana Gentil (UFG)

Moderador: Prof. Dr. Victor Silveira Coswig (PPGCMH)

16h00m Mesa redonda 1: Avaliação e Reabilitação

Profa. Dra. Bianca Callegari (PPGCMH): "**Tecnologias para Avaliação da Motricidade Humana**"

Prof. Dr. Ghislain Jean Andres Saunier (PPGCMH): "**Percepção do Movimento Humano e Reabilitação**"

Moderadora: Prof^ª. Dr^ª. Marília Passos Magno e Silva (PPGCMH)

17h00m Mesa redonda 2: Esporte, Atividade Física e Saúde

Prof^ª. Dr^ª. Cláudia Regina Cavaglieri (UNICAMP): "**Exercício e Obesidade**"

Prof^ª. Dr^ª. Elren Passos Monteiro (Campus de Castanhal): "**Fisiomecânica da locomoção de pessoas com doença de Parkinson: insights do treinamento da caminhada nórdica ao sprint**"

Moderador: Prof. Dr. Eduardo Macedo Penna (PPGCMH)

08 DE NOVEMBRO (SEXTA-FEIRA)

Auditório José Vicente Miranda, do Instituto de Ciências Jurídicas (ICJ)
Universidade Federal do Pará, Campus Guamá - Belém - Pará

09h00m Apresentações de trabalho - Pôster

10h00m Palestra: Perspectivas da pós-graduação na Área 21.

Convidado: Prof. Dr. Rinaldo de Jesus Guirro (USP) – Coordenador da Área 21 da CAPES.

Moderador: Prof. Dr. Anselmo de Athayde Costa e Silva (PPGCMH)

12h00m Encerramento



SUMÁRIO

PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM CIÊNCIAS DO MOVIMENTO HUMANO – PPGCMH	10
A IMPORTÂNCIA DA EPIDEMIOLOGIA PARA A REABILITAÇÃO FÍSICA	12
FISIOMECÂNICA DA LOCOMOÇÃO DE PESSOAS COM DOENÇA DE PARKINSON: INSIGHTS DO TREINAMENTO DA CAMINHADA NÓRDICA AO SPRINT.	13
MONITORAMENTO DE CARGAS POR VARIÁVEIS PSICOMÉTRICAS	14
O QUE DIZEM AS DIRETRIZES ATUAIS SOBRE O PROCESSO DE RASTREAMENTO EM PACIENTES COM ESCOLIOSE IDIOPÁTICA	15
PERCEPÇÃO DO MOVIMENTO HUMANO E REABILITAÇÃO	16
PERCEPÇÃO DE ESTRATÉGIAS DE <i>COPING</i> EM ATLETAS DE FUTEBOL.....	18
INDICADORES DE <i>BURNOUT</i> EM JOGADORES PROFISSIONAIS DE FUTEBOL	19
RELAÇÃO ENTRE ATIVIDADE FÍSICA E O ESTADO DE HUMOR DE JOVENS ESTUDANTES	20
EFEITO HIPOTENSOR PÓS TREINAMENTO RESISTIDO EM IDOSAS	21
DIMENSÕES DA SÍNDROME DE <i>BURNOUT</i> EM ATLETAS DE FUTEBOL MASCULINO E FEMININO: UM ESTUDO COMPARATIVO	22
SÍNDROME DE <i>BURNOUT</i> E TEMPO DE PRÁTICA COMO ATLETA FEDERADO EM ATLETAS DE MODALIDADES ESPORTIVAS DE COMBATE	23
PREVALÊNCIA DA SÍNDROME DE <i>BURNOUT</i> EM PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA EM DIFERENTES CAMPOS DE ATUAÇÃO.....	24
DURAÇÃO DOS BENEFÍCIOS SOBRE A COGNIÇÃO DE PROGRAMAS DE EXERCÍCIOS FÍSICOS EM IDOSOS: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA DE ENSAIOS CLÍNICOS RANDOMIZADOS	25
O EFEITO DA RECUPERAÇÃO ATIVA APÓS TREINAMENTO EXCÊNTRICO DE MEMBROS INFERIORES.....	26
PERFIL DAS QUEIXAS DE DOR RELACIONADAS À PRÁTICA ESPORTIVA EM ATLETAS CEGOS PARTICIPANTES DA TAÇA PARÁ DE FUTEBOL DE CINCO	27
INCIDÊNCIA E EFEITOS DA SÍNDROME PRÉ-MENSTRUAL (SPM) ENTRE UNIVERSITÁRIAS PRATICANTES DE TREINAMENTO RESISTIDO E SEDENTÁRIAS.....	28
INDICADORES DE <i>BURNOUT</i> NO EFEITO DO TEMPO DE ARBITRAGEM.....	29



ANÁLISE DO CLIMA MOTIVACIONAL GERADO PELOS TREINADORES EM EQUIPES DE FUTEBOL SUB-20	30
EXERCÍCIO FÍSICO NA PREVENÇÃO DE QUEDAS EM IDOSOS: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA	31
CAPACIDADE FUNCIONAL DE IDOSOS SUBMETIDOS A UM PROGRAMA DE EXERCÍCIOS RESISTIDOS AVALIADOS PELO TESTE DE CAMINHADA DE DOIS MINUTOS	32
A IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO FÍSICA NAS SÉRIES INICIAIS: UMA ANÁLISE DO DESENVOLVIMENTO PSICOMOTOR. RELATO DE EXPERIÊNCIA.....	33
EFEITOS DO ENVELHECIMENTO EM AJUSTES POSTURAIIS ANTECIPATÓRIOS: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA.	34
VALIDADE DO APLICATIVO ELITE HRV PARA ANALISAR A VARIABILIDADE DA FREQUÊNCIA CARDÍACA.....	35
O TREINAMENTO RESISTIDO DE BAIXO VOLUME PROMOVE BENEFÍCIOS NAS ADAPTAÇÕES MUSCULARES E FUNCIONALIDADE EM PACIENTES COM LEUCEMIA MIELOIDE AGUDA.	36
REDUÇÃO DOS NÍVEIS DE INFLAMAÇÃO SUBCLÍNICA EM IDOSOS QUE REALIZARAM PROGRAMA DE ATENÇÃO AO IDOSO BASEADO EM EXERCÍCIO FÍSICO MULTIMODAL ..	37
EXERCÍCIO FÍSICO E MEMÓRIA VERBAL EM ADULTOS JOVENS SAUDÁVEIS	37
ESTRESSE E RECUPERAÇÃO EM PERÍODO PRÉ-COMPETITIVO DE LUTADORES DE JIU-JITSU BRASILEIRO	39
TREINAMENTO CONCORRENTE COMO MÉTODO DE DESENVOLVIMENTO DE FORÇA E MOTRICIDADE GLOBAL EM UM PACIENTE AUTISTA	40
PILATES SOLO E ESTIMULAÇÃO COGNITIVA: INFLUÊNCIAS SOBRE DESEMPENHO COGNITIVO DE IDOSOS.	41
EFEITOS DO TREINAMENTO AERÓBIO E RESISTIDO SOBRE O PERFIL LIPÍDICO E HEMOGLOBINA GLICADA DE IDOSOS HIPERTENSOS	42
EFEITOS DA FISIOTERAPIA NA DOR E NA QUALIDADE DE VIDA DE PACIENTES COM QUEIMADURAS DE MEMBROS INFERIORES	43
O GÊNERO MODULA A PERCEPÇÃO DE LEIS MOTORAS: EXEMPLO DA LEI DE POTÊNCIA 2/3	44
DESCRIÇÃO CLÍNICA DE PACIENTE COM SEQUELAS DE ACIDENTE VASCULAR CEREBRAL RARO ASSOCIADO À SÍNDROME DE WEBER: RELATO DE CASO	45



ATUAÇÃO DA FISIOTERAPIA EM PACIENTE COM CERVICOBRAQUIALGIA - UM ESTUDO DE CASO	47
ATENDIMENTO FISIOTERAPÊUTICO EM UM ATLETA DE UM TIME MASCULINO DE VÔLEI EM BELÉM/PA: RELATO DE EXPERIÊNCIA	48
PLANO TERAPÊUTICO NEUROFUNCIONAL DE PACIENTE COM SEQUELAS DE TRAUMATISMO CRANIOENCEFÁLICO GRAVE: RELATO DE EXPERIÊNCIA	48
EFEITO DE UMA SESSÃO DE TREINO CONCORRENTE SOBRE A MEMÓRIA DE TRABALHO VISUO-ESPACIAL DE CURTO PRAZO EM IDOSOS HIPERTENSOS.	50
PERFIL DE ATIVIDADE FÍSICA DOS IDOSOS DA REGIÃO METROPOLITANA DE BELÉM-PA.	51
RESPOSTAS IMUNOLÓGICAS AO TREINAMENTO RESISTIDO DE ALTA INTENSIDADE (HIRT)	52
EFEITOS DE UM PROGRAMA DE TREINAMENTO FÍSICO MULTICOMPONENTE SOBRE INDICADORES DE SAÚDE FÍSICA E MENTAL DE MULHERES IDOSAS	53
O EFEITO DO TREINAMENTO RESISTIDO SOBRE A FUNCIONALIDADE DOS MEMBROS SUPERIORES EM PACIENTES COM DOENÇA DE ALZHEIMER	54
EFEITOS DO JEJUM DE 12 HORAS NA POTÊNCIA DOS MEMBROS SUPERIORES E INFERIORES DE CARATECAS.....	55
AS INFLUÊNCIAS DO TREINAMENTO DE FORÇA NA CAPACIDADE FUNCIONAL DE UM ALUNO IDOSO NA ACADEMIA DE GINÁSTICA.....	56
ESTABILOMETRIA EM PRATICANTES DE DANÇA: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA.....	57
DESENVOLVIMENTO DE UM JOGO SÉRIO COMO TERAPIA COMPLEMENTAR NA MELHORA DO EQUILÍBRIO	58
EFEITOS DO MÉTODO LIAN GONG NA OSTEOARTROSE DE JOELHO: RELATO DE CASO .	59
AVALIAÇÃO DA CAPACIDADE FUNCIONAL DE IDOSOS EM UMA UNIDADE MUNICIPAL DE SAÚDE – ÁGUAS LINDAS – ANANINDEUA – PARÁ.....	60
CORRELAÇÃO ENTRE INTENSIDADE DA DOR E FUNCIONALIDADE CERVICAL EM INDIVÍDUOS COM PONTO GATILHO MIOFASCIAL ATIVO NO MÚSCULO TRAPÉZIO SUPERIOR.....	61
FORÇA ISOCINÉTICA DE DORSIFLEXORES E FLEXORES PLANTARES EM CORREDORES AMADORES COM SÍNDROME DO ESTRESSE MEDIAL TIBIAL	62
A EFICIÊNCIA DO TREINAMENTO RESISTIDO EM ATLETA DE GOALBALL UM ESTUDO DE CASO.	63



EFEITOS DO TREINAMENTO AERÓBICO NO MEIO AQUÁTICO EM IDOSAS DIABÉTICAS TIPO 2	64
A INFLUÊNCIA DO COMBATE EM CHUTES E SOCOS NO MUAY THAI.....	65
O EFEITO DO TREINAMENTO RESISTIDO NA QUALIDADE DE VIDA EM IDOSOS COM OSTEOARTROSE.....	66
A APTIDÃO FÍSICA RELACIONADA À SAÚDE: UMA ANÁLISE DO PERFIL DE ESCOLARES DE UMA ESCOLA PÚBLICA DO MUNICÍPIO DE ANANINDEUA-PA.....	67
O EFEITO DO TREINAMENTO RESISTIDO DE ALTO VOLUME SOBRE O COMPROMETIMENTO MOTOR EM PACIENTES COM DOENÇA DE PARKINSON	68
ANÁLISE DO IMPACTO DA INCONTINÊNCIA URINÁRIA EM IDOSOS PRATICANTES DE ATIVIDADE FÍSICA E IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS: UM ESTUDO COMPARATIVO	69
O TREINAMENTO RESISTIDO PODE SER USADO COMO TRATAMENTO PARA REDUZIR A DOR CRÔNICA EM PACIENTES COM DOENÇA DE PARKINSON	70
NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E FATORES ASSOCIADOS DE PESSOAS COM TRANSTORNO MENTAL: ESTUDO PILOTO	71
DEPENDÊNCIA DE EXERCÍCIO E ESTADO DE HUMOR EM PRATICANTES DE MUSCULAÇÃO.	72
A INFLUÊNCIA PARENTAL EM JOVENS NADADORES NOS ASPECTOS MOTIVACIONAIS PARA A PRÁTICA DA NATAÇÃO	73
EFEITOS DO TREINAMENTO RESISTIDO EM UMA PACIENTE PSIQUIÁTRICA INSTITUCIONALIZADA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA.	74
EFEITOS DO TREINAMENTO RESISTIDO E AERÓBIO NA PRESSÃO ARTERIAL DE IDOSOS HIPERTENSOS	75
PREVALÊNCIA DOS FATORES DE RISCOS CARDIOVASCULARES EM IDOSOS FREQUENTADORES DA PRAÇA DA REPÚBLICA EM BELÉM (PA).....	76
NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DE DISCENTES DO SEXO FEMININO DE UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR EM BELÉM-PA	77
PERCEPÇÃO DA IMAGEM CORPORAL DE MULHERES PRATICANTES DE MUSCULAÇÃO.	78
INDICADORES DE MOTIVAÇÃO NA PRÁTICA DE EXERCÍCIO FÍSICO EM IDOSOS	79
O IDOSO COM HANSENÍASE E OS FATORES RELACIONADOS À CAPACIDADE FUNCIONAL: REVISÃO DE LITERATURA.	80



ANÁLISE DOS ELEMENTOS PSICOMOTORES EM IDOSOS PRATICANTES DE LIAN GONG	81
RECURSOS FISIOTERAPÊUTICOS UTILIZADOS NA FACILITAÇÃO DO PARTO VAGINAL: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA	82
EFEITOS DO TREINAMENTO RESISTIDO ASSOCIADO AO TREINAMENTO FUNCIONAL NO EQUILÍBRIO E INCIDÊNCIA DE QUEDAS EM UM INDIVÍDUO COM DOENÇA DE PARKINSON	83
COMPARAÇÃO ENTRE EQUILÍBRIO DINÂMICO E CAPACIDADE FUNCIONAL EM IDOSOS COMUNITÁRIOS COM HISTÓRICO OU NÃO DE QUEDA	84
EFEITOS DO MÉTODO PILATES NA DIMINUIÇÃO DA DOR E FLEXIBILIDADE EM IDOSOS COM LOMBALGIA CRÔNICA	85
VIVÊNCIA DA MONITORIA ACADÊMICA NA METODOLOGIA ATIVA DE ENSINO-APRENDIZADO: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA	86
IMPORTÂNCIA DA FISIOTERAPIA NA ESTIMULAÇÃO PRECOCE NO DESENVOLVIMENTO NEUROPSICOMOTOR EM PACIENTE COM PARALISIA CEREBRAL: RELATO DE EXPERIÊNCIA	87
APLICAÇÃO DA VENTOSATERAPIA NO PONTO GATILHO MIOFASCIAL ATIVO DE INDIVÍDUOS COM CERVICALGIA CRÔNICA: RESULTADOS PRELIMINARES	88
CARACTERÍSTICAS DO TAF DA POLÍCIA CIVIL REALIZADO NOS ESTADOS DA REGIÃO NORTE.....	89
TREINAMENTO RESISTIDO NA PREVENÇÃO E NO TRATAMENTO DE ANSIEDADE E DEPRESSÃO ENTRE CRIANÇAS E ADOLESCENTES.....	90
EFEITOS DO TREINAMENTO RESISTIDO, APLICADOS A UMA PORTADORA DE HIPERTENSÃO ARTERIAL, VISANDO RESULTADOS DE FORÇA E NORMALIZAÇÃO DA PA - ESTUDO DE CASO.	91
EFEITOS DE UM PROGRAMA DE TREINAMENTO CONCORRENTE SOBRE INDICADORES DE SAÚDE DE MULHERES EM IDADE AVANÇADA.....	92
A PREDIÇÃO DE AÇÃO TRANSITIVA É MODULADA PELA VALÊNCIA EMOCIONAL DO OBJETO.....	93
TREINAMENTO RESISTIDO E FLEXIBILIDADE NA INFÂNCIA: UM ESTUDO DE CASO.	94
AVALIAÇÃO DA DOR ANTES E APÓS SESSÃO DE FISIOTERAPIA AQUÁTICA EM IDOSOS COM OSTEOARTRITE DE JOELHO (OAJ).....	95
O EFEITO NOCEBO COMO MEDIADOR NA DOR CRÔNICA: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA	96



Programa de Pós-Graduação em Ciências do Movimento Humano – PPGCMH

O programa de Pós-Graduação em Ciências do Movimento Humano – PPGCMH foi instalado em 10 de janeiro de 2019 após sua aprovação pela CAPES em dezembro de 2018. Trata-se do primeiro programa de pós-graduação na área 21 da CAPES: Educação Física, Fisioterapia, Terapia Ocupacional e Fonoaudiologia.

O programa surgiu da união entre pesquisadores das áreas de fisioterapia e educação física, oriundos das faculdades de Fisioterapia e Terapia Ocupacional (FFTO/ICS) e Educação Física (Campus Castanhal), além de pesquisadores lotados no Instituto de Ciências Biológicas e da Faculdade de Educação Física do Campus Guamá (ICED).

É motivo de grande alegria para a coordenação do programa a realização do Primeiro Congresso de Ciências do Movimento Humano, pois este evento é um dos marcos importantes na implantação do curso. Digno de nota, é o elevado número de participantes inscritos, de trabalhos submetidos e a participação dos quatro renomados palestrantes.

Dado o sucesso deste primeiro evento, esperamos que o mesmo se torne rotina para o PPGCMH, para que nossos alunos possam ter ao seu alcance mais um evento de alta qualidade na região.

Anselmo de Athayde Costa e Silva

Coordenador PPGCMH

Bianca Callegari

Vice coordenadora PPGCMH



MESAS TEMÁTICAS RESUMOS



A IMPORTÂNCIA DA EPIDEMIOLOGIA PARA A REABILITAÇÃO FÍSICA

João Simão de Melo-Neto.

jsmeloneto@gmail.com.

Universidade Federal do Pará (UFPA).

A epidemiologia refere-se ao estudo sobre a população, sendo utilizado como um recurso das ciências da saúde que visa identificar os fatores que estão relacionados à presença e evolução das doenças, possibilitando com que faça a identificação da frequência e de sua distribuição. A identificação destas características para as diferentes patologias possibilita com que o sistema de saúde possa atuar com prevenção, promoção e tratamento das diferentes patologias. A identificação prévia faz com que evite a propagação destas doenças. Neste contexto, reduzindo os custos para o sistema de saúde. O Sistema Nacional de Vigilância Epidemiológica foi incorporado pelo Sistema Único de Saúde (SUS) tendo como principais objetivos a coleta, processamento, análise e interpretação dos dados, identificação das situações problemas para que possa recomendar as condutas adequadas e promover de prevenção e controle, verificar a efetividade das intervenções realizadas e divulgar as informações. Algumas patologias geram sinais e sintomas agudos e crônicos, além de possíveis sequelas físicas permanentes. O caderno epidemiológico do SUS destaca o estudo de algumas patologias que influenciam diretamente na atuação de uma equipe interprofissional que envolva profissionais das ciências da reabilitação, tais como: poliomielite, tétano, tuberculose, arboviroses, infecções sexualmente transmissíveis, meningite e outras. O conhecimento da endemia destas patologias demonstra diretamente onde existe a necessidade de implantação de centros de reabilitação, incluindo a reabilitação física e considerando as possíveis sequelas a curto e longo prazo. Profissionais como o fisioterapeuta, médicos, fonoaudiólogo, psicólogo, assistente social, nutricionista e terapeuta ocupacional atuam diretamente como ciências da reabilitação. Nesta área, o SUS conta com os Centros Especializados em Reabilitação (CERs) que buscam a realização do diagnóstico, tratamento, e oferecer, adaptar e realizar manutenção de tecnologia assistiva aos pacientes que necessitam. O conhecimento de áreas com alta incidência e prevalência de doenças que resultem em sinais e sintomas agudos e crônicos importantes e que necessitem de reabilitação física facilita o direcionamento para a implantação de CERs. Portanto, a epidemiologia é de fundamental importância para as ciências da reabilitação, sendo necessária a estimulação e aprimoramento de pesquisas epidemiológicas.

Palavras-chave: Medicina Física e Reabilitação; Centros de Reabilitação; Pesquisa sobre Serviços de Saúde.

FISIOMECÂNICA DA LOCOMOÇÃO DE PESSOAS COM DOENÇA DE PARKINSON: INSIGHTS DO TREINAMENTO DA CAMINHADA NÓRDICA AO SPRINT.

Elren Passos Monteiro^{1,2,3}; Leonardo Alexandre Peyré-Tartaruga²; Aline de Sousa Pagnussat³.

elren.monteiro@gmail.com

1 - Universidade Federal do Pará,

2 - Universidade Federal do Rio Grande do Sul,

3 - Universidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre.

Introdução: As restrições mecânicas provocadas pelos sintomas da doença de Parkinson (DP) impactam consideravelmente a funcionalidade e aspectos fisiomecânicos da locomoção. O presente estudo testa dois modelos de intervenção de caminhada e um modelo de corrida de velocidade em alta intensidade em pessoas com DP. **Objetivos:** Avaliar os aspectos fisiomecânicos da locomoção da DP e apresentar insights sobre o treinamento de caminhada nórdica (CN) e livre (CL), e a mecânica do sprint para esta população. **Métodos:** Foram avaliados em 33 pessoas com DP, os efeitos do treinamento de alta-intensidade entre a CN e CL sobre parâmetros: i) mobilidade funcional de caminhada e Índice de Reabilitação Locomotora; ii) cinemática e atividade eletromiográfica dos membros inferiores. Adicionalmente, foram avaliados aspectos de: iii) viabilidade, segurança e eficácia do sprint; e iv) desempenho, mecânica e efetividade da mecânica do sprint em pessoas com DP. Protocolos de treinamento de caminhada nórdica e caminhada livre durante nove semanas foram realizados. Avaliações da mobilidade funcional, velocidade da marcha, parâmetros espaço-temporais e neuromusculares foram avaliados por meio de análises cinemáticas e eletromiográficas. Para a análise do sprint, foi realizado um estudo transversal com 14 pessoas com DP e 21 idosos saudáveis. Uma avaliação mecânica da capacidade dos membros inferiores produzirem força, potência e velocidade foi realizada com *iPhone* e *MySprint App*, aliado a um modelo teórico dos diagramas dos perfis de força e velocidade. Utilizou-se como análises estatística, a *GEE* e a *GLzM* no *SPPS v.21.0*, com $\alpha < 0,05$. **Resultados:** As duas modalidades de caminhada melhoraram a mobilidade funcional, parâmetros cinemáticos e ativação muscular mais fásica, com os melhores resultados para CN. A ativação eletromiográfica do gastrocnêmio foi melhor para o grupo CL. A velocidade da marcha e a capacidade de caminhar uma distância máxima aumentou pós treinamento, sem diferença significativa entre os grupos. Em relação ao sprint, é viável e seguro para pessoas com estágios de leve a moderado da DP. Adicionalmente, pessoas com DP apresentam diferenças entre qualidades físicas e efetividade mecânica quando comparados a idosos. Embora aconteçam essas diferenças, isso não impacta no desempenho do sprint em idosos e pessoas com DP. **Conclusão:** Os insights são que o protocolo de alta-intensidade de CN e CL podem ser utilizadas como estratégias para melhorar a marcha de pessoas com DP. E o sprint é seguro e viável para o treinamento em pessoas com estágios de leve a severos da doença. Novos experimentos de treinamento de sprint são necessários nesta população.

Palavras-chave: Marcha; caminhada nórdica; biomecânica; corrida de velocidade; distúrbios do movimento.

Nossos agradecimentos à Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior – Brasil (CAPES) – 001 (n.1159844).



MONITORAMENTO DE CARGAS POR VARIÁVEIS PSICOMÉTRICAS

Daniel Alvarez Pires.

danielpires@ufpa.br

Universidade Federal do Pará.

Introdução: Fenômenos relacionados à Psicologia do Esporte (síndrome de *burnout*, síndrome de *overtraining*) podem estar associados ao excesso de cargas de treinamento. **Objetivo:** Analisar o monitoramento de cargas por variáveis psicométricas. **Métodos:** Foram revisados dois instrumentos psicométricos considerados sensíveis às cargas de treinamento e competição: o Perfil dos Estados de Humor (POMS) e o Questionário de Estresse e Recuperação no Esporte (RESTQ-Sport). **Resultados:** Instrumentos psicométricos possuem desvantagem (possibilidade de distorção voluntárias de respostas) e vantagens (fácil acesso, baixo custo, não invasivo, resultados imediatos) metodológicas. **Conclusão:** Em relação à síndrome de *burnout*, a dimensão exaustão física e emocional é diretamente afetada pelo excesso de treinamentos e competições. Os instrumentos estudados têm mostrado sensibilidade ao *overtraining* de diversas durações e características. A avaliação psicológica tem se mostrado útil para a prevenção do *overtraining*. Portanto, a prevenção das síndromes de *overtraining* e *burnout* começa quando se desenha um programa de trabalho que deve incorporar estratégias orientadas a reduzir o risco de se sobretreinar.

Palavras-chave: *Burnout, coping, overtraining.*

O QUE DIZEM AS DIRETRIZES ATUAIS SOBRE O PROCESSO DE RASTREAMENTO EM PACIENTES COM ESCOLIOSE IDIOPÁTICA

Maurício Magalhães.

mauriciomag20@gmail.com.

Docente da Faculdade de Fisioterapia e Terapia Ocupacional da UFPA. Docente do Programa de Mestrado em Ciências do Movimento Humano da UFPA

Introdução: A escoliose é uma patologia comum em adolescentes e se caracteriza pela alteração na curvatura fisiológica da coluna, isso se dá de forma tridimensional com angulações maiores que 10° (Método de Cobb). Dentre os tipos de escoliose, a idiopática é a mais prevalente entre adolescentes (>10 anos), com sua causa ainda é pouco esclarecida, porém multifatorial. Alguns estudos relacionam sua etiologia a alterações hormonais e genéticas como alterações no estrogênio, síntese da melatonina e baixos níveis de calmodulina. Outros autores também relacionam sua causa com a deficiência da vitamina D principalmente na fase de crescimento do adolescente. A probabilidade de progressão da curva depende das características da curva e dos critérios de progressão. Além disso, o risco de progressão da escoliose está relacionada com o potencial de crescimento do paciente e com a idade dele no momento do diagnóstico, fatores específicos da curva (padrão, magnitude e localização) e o sinal de Risser (grau de maturação da crista do ilíaco). Programas que visam o rastreamento para o diagnóstico precoce são importantes tanto na redução dos custos relacionados à saúde quanto na elaboração de um plano de tratamento na fase inicial da doença. Estudos sobre a prevalência no Brasil têm utilizado metodologias bastante divergentes e não seguem os padrões descritos no consenso emitido pela *The International Scientific Society on Scoliosis Orthopaedic and Rehabilitation Treatment* (SOSORT). **Objetivos:** Compreender o processo de rastreamento em pacientes com escoliose idiopática proposto pelo SOSORT. **Método(s):** O escoliômetro é uma ferramenta de baixo custo e apresenta boa confiabilidade inter e entre examinadores no processo de rastreamento de pacientes com escoliose. Inicialmente deve ser ensinado e solicitado o teste de Adams e utilizamos o escoliômetro para verificar o ângulo de rotação do tronco (ATR) acima de 7 graus. Pacientes com ART acima de 7 graus devem ser encaminhados para o exame de imagem pois apresentam maior probabilidade do diagnóstico da escoliose (ângulo de Cobb > 10 graus). **Resultados:** Os resultados apontam grande sucesso para o diagnóstico precoce. **Conclusão:** Esta proposta de rastreamento possibilita que profissionais de saúde identifiquem a patologia precocemente, reduzindo os custos em saúde, melhorando o prognóstico e sucesso terapêutico.

Palavras-chave: Escoliose; Rastreamento; SOSORT



PERCEPÇÃO DO MOVIMENTO HUMANO E REABILITAÇÃO

Ghislain Saunier.

ghislain@ufpa.br;

Laboratório de Cognição Motora, Universidade Federal do Pará, Belém, Pará, Brasil.

Introdução: A ideia que a percepção e ação estejam ligadas é antiga mas foi recentemente aceita. Uma série de estudos comportamentais e neurofisiológicos demonstrou a participação do sistema motor durante processos perceptivos como a observação de um movimento humano. Nesta perspectiva, a percepção do movimento humano acompanhar-se-ia de uma simulação motora implícita baseada nas áreas corticais envolvidas na realização do movimento observado. Esse avanço no entendimento do funcionamento do sistema motor encontrou um eco particular no domínio da reabilitação motora após uma lesão do sistema nervoso central. Efetivamente, foi testado protocolos de observação da ação acoplados a reabilitação tradicional desses pacientes. **Objetivo(s):** Iniciar um diálogo a respeito do uso da observação da ação como ferramenta complementar a reabilitação de pacientes neurológicos apresentando um déficit de motricidade. Questionaremos os meios de aprimoramento desses protocolos. **Método(s):** Apresentaremos estudos psicofísicos, neurofisiológicos assim como clínicos empregando a observação da ação. **Resultados:** Descreveremos os resultados recentes do uso conjunto da observação da ação e dos protocolos de reabilitação em pacientes neurológicos com acometimento da motricidade assim como as limitações atuais de tal abordagem. **Conclusão:** A percepção do movimento humano aparece como uma ferramenta promissora em complemento da reabilitação para aprimorar a função motora de pacientes neurológicos. O interesse da introdução de componentes emocionais e/ou preditivos nos protocolos de observação da ação será discutido.

Palavras-chave: Simulação motora implícita; Observação da ação; Lesão do sistema motor.



**PAINÉIS
RESUMOS**

PERCEPÇÃO DE ESTRATÉGIAS DE *COPING* EM ATLETAS DE FUTEBOL

Luiz Gustavo da Silva Silva; Rodrigo Weyll Ferreira; Daniel Alvarez Pires.

luizzgustavoef@gmail.com

Universidade Federal do Pará

Introdução. Atualmente, devido ao alto nível de desempenho que se faz necessário para as competições, os atletas estão submetidos cada vez mais ao estresse, tema que tem sido recorrente dentro do âmbito esportivo. Assim, o *coping* (enfrentar, lidar) é um processo de alteração constante dos empenhos cognitivos e comportamentais para o controle de demandas externas ou internas, ou conflitos (WEINBERG; GOULD, 2017). **Objetivo.** O presente estudo tem como objetivo analisar a interferência da variável sexo na utilização das estratégias de *coping* utilizadas por atletas homens e mulheres que disputam o Campeonato Paraense de Futebol. Todos os participantes são filiados à Federação Paraense de Futebol. **Métodos.** Foram analisados dados de 112 atletas, sendo 54 homens com média de idade igual a $24,00 \pm 3,96$ e 58 mulheres com média de idade igual a $23,24 \pm 4,87$. Os participantes responderam a versão em idioma português do questionário *Athletic Coping Skills Inventory-28* (ACSI-28BR) (MIRANDA *et al.* 2018), composto por 28 itens que representam 7 estratégias de *coping*: LA = Lidar com adversidades, DP = Desempenho sob pressão, PM = Preparação mental, CO = Concentração, LP = Livre de preocupação, CM = Confiança/Motivação e TR = Treinabilidade. Os dados foram analisados por meio de estatística descritiva e inferencial. Para a comparação entre os grupos, foi empregado o teste de Mann-Whitney a partir do software GraphPad Prism (versão 7.03). O índice de significância adotado foi $p < 0,05$. **Resultados.** Para os atletas masculinos, foram observadas medianas de LA= 9.0, DP= 9.0, PM= 9.5, CO= 6.0, LP= 5.0, CM= 8.0, TR= 6.0. Em relação às atletas do sexo feminino, foram obtidas medianas de LA= 9.0, DP= 8.0, PM= 8.0, CO= 6.0, LP= 4.0, CM= 8.0, TR= 6.0. Foram observadas diferenças significativas entre os dois grupos na percepção de duas estratégias: DP ($p < 0,01$) e PM ($p < 0,005$) foram mais percebidas em atletas masculinos. **Conclusão.** A variável sexo interferiu na percepção do emprego de duas das sete estratégias de *coping* analisadas. Os atletas homens apresentaram indicadores mais elevados de desempenho sob pressão (DP) e preparação mental (PM). Os resultados sugerem que os futebolistas homens estão mais habituados à pressão do esporte, bem como costumam estabelecer metas em relação à carreira esportiva.

Palavras-chave: Estratégias de enfrentamento; Estresse; Desempenho.

Agradecimentos: Pró-reitoria de Pesquisa e Pós-graduação (PROPESP) / Universidade Federal do Pará (UFPA)



INDICADORES DE *BURNOUT* EM JOGADORES PROFISSIONAIS DE FUTEBOL

Rodrigo Weyll Ferreira; Jhonatan Welington Pereira Gaia; Daniel Alvarez Pires.

rokaufpa@gmail.com

Universidade Federal do Pará-UFPA

Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior-CAPES

Introdução: A síndrome de *burnout* é uma reação ao estresse crônico composta por três dimensões: exaustão física e emocional (EFE), reduzido senso de realização esportiva (RSR) e desvalorização esportiva (DES) (GUSTAFSSON *et al.*, 2016). **Objetivos:** Analisar se a posição dos jogadores de futebol interfere na percepção de *burnout* e a prevalência da síndrome por posição. **Método:** Participaram da pesquisa 100 atletas de futebol profissional do sexo masculino, sendo 27 atacantes, 34 meio campistas e 38 defensores. Todos atuaram na 1ª divisão do Campeonato Paraense de 2018 ou 2019. A média de idade dos atletas foi $24,35 \pm 4,65$. Os jogadores preencheram o Questionário de *Burnout* para Atletas cujas respostas variam de “quase nunca” (1) a “quase sempre” (5) (PIRES; BRANDÃO; SILVA, 2006). Os participantes que pontuaram ≥ 3 em uma das dimensões foram considerados com *burnout* leve, os que pontuaram ≥ 3 em duas dimensões foram considerados com *burnout* moderado e os que pontuaram ≥ 3 nas três dimensões foram considerados com *burnout* alto (LAMONT-MILLS; TERRY; CHRISTENSEN, 2017). Os dados foram analisados por meio de estatística descritiva e inferencial, a partir do teste *Kruskall Wallis* no software GraphPad Prism. O índice de significância adotado foi $p < 0,05$. **Resultados:** Foi encontrada mediana de 1,8 para as três dimensões de *burnout* (EFE, RSR e DES). Em relação à prevalência da síndrome, 10(10%) atletas foram identificados com *burnout* leve, 2(2%) com *burnout* moderado e 1(1%) com *burnout* alto, totalizando 13(13%) atletas acometidos por algum grau de *burnout*. Quanto aos atacantes, foi observado uma mediana para as três dimensões de 1,8 e prevalência de 2(2%) atletas com *burnout* leve e 1(1%) com *burnout* alto. Para os meio campistas foi encontrado uma mediana de 1,8 para EFE e DES, 1,9 para RSR e prevalência de 5(5%) atletas com *burnout* leve e 1(1%) com *burnout* moderado. Já os defensores obtiveram medianas de 1,6 para EFE e DES, 1,8 para RSR e prevalência de 3(3%) atletas com *burnout* leve e 1(1%) com *burnout* moderado. Não houve diferenças significativas nos indicadores das dimensões na comparação intergrupos. **Conclusão:** De modo geral, os indicadores de *burnout* foram baixos, mostrando que os atletas estão satisfeitos com suas conquistas, interessados e adaptados às demandas psicofisiológicas no contexto esportivo. Porém, apesar de não ter uma diferença no que tange à posição de jogo, 13 (13%) atletas estão sendo acometidos pela síndrome em algum nível, indicador de prevalência compatível com dados da literatura.

Palavras-chave: Estresse crônico; Atletas; Prevalência.



RELAÇÃO ENTRE ATIVIDADE FÍSICA E O ESTADO DE HUMOR DE JOVENS ESTUDANTES

Jhonatan Wélington Pereira Gaia; Rodrigo Weyll Ferreira; Daniel Alvarez Pires.

jhonathanwee@gmail.com

Universidade Federal do Pará – UFPA

Introdução: A adolescência representa um período de rápido crescimento e desenvolvimento, caracterizada por profundas e abrangentes mudanças nos aspectos físicos, cognitivos, sociais e psicológicos (FERNANDES et al., 2017), ocorrendo um estabelecimento de padrões comportamentais que podem interferir na saúde mental (SAWYER et al., 2012). Esse período pode ser crítico para melhorar os estados de humor e a prática regular de atividade física pode ser uma maneira de alcançar essas melhorias (MIKKELSEN et al., 2016). **Objetivo:** Analisar a relação entre o nível de atividade física e a percepção das dimensões dos estados de humor em jovens estudantes das séries finais do ensino médio. **Método:** A amostra foi constituída por um total de 216 estudantes, sendo 102 (47,2%) do sexo masculino e 114 (52,8%) do sexo feminino, com uma idade média de $16,89 \pm 1,48$ anos, regularmente matriculados no terceiro ano do ensino médio da rede estadual de ensino do estado do Pará, nas cidades de Castanhal (n=128) e Santo Antônio do Tauá (n=88). As dimensões dos estados de humor foram coletadas a partir da Escala de Humor de Brunel (BRUMS) (ROHLFS et al., 2008), para avaliar o nível de atividade física habitual dos alunos no cotidiano utilizou-se o Questionário de Atividades Físicas Habituais (NAHAS, 2001). A verificação da normalidade foi realizada através do teste de Kolmogorov-Smirnov. Os dados foram analisados por meio da estatística descritiva e inferencial para dados não paramétricos, com os testes de Kruskal-Wallis e Mann-Witney, através do software GraphPad Prism 8.0. A significância adotada foi de $p < 0,05$. **Resultados:** Os principais resultados mostram que a percepção das dimensões dos estados de humor relatadas por jovens estudantes possuem diferenças significativas ($p < 0,05$) quando consideramos o nível de atividade física dessa população. Jovens classificados como inativos fisicamente relataram um menor nível de vigor, bem como uma maior predisposição aos aspectos negativos de humor, quando comparados aos demais grupos de jovens ativos fisicamente (pouco ativo, moderadamente ativo e muito ativo fisicamente). Este resultado pressupõe que podemos encontrar benefícios na percepção de humor dos indivíduos ativos, mesmo em níveis baixos de atividade física. **Conclusão:** Observamos que os indivíduos ativos apresentaram um maior nível de vigor, assim como uma menor percepção dos fatores negativos de humor. A prática de atividade física, mesmo em níveis mais baixos, pode contribuir para uma melhor percepção da saúde psicológica, tornando-se uma proposta de intervenção coadjuvante no controle das diferentes dimensões do estado de humor de indivíduos jovens.

Palavras-chave: Saúde mental; Saúde do Adolescente; Psicologia do Exercício.

EFEITO HIPOTENSOR PÓS TREINAMENTO RESISTIDO EM IDOSAS

Rayra Khalinka Neves Dias; Victor Silveira Coswig.

rayrakhalinka18@gmail.com.

Universidade Federal do Pará, campus Castanhal, Pará.

Introdução: Já foi descrito na literatura que uma única sessão de exercício resistido pode induzir adaptações importantes ao sistema cardiovascular devido, principalmente, a atenuação dos níveis pressóricos no momento pós exercício (HPE) **Objetivo(s):** Verificar os efeitos de dois diferentes métodos de treinamento resistido sobre a PA e FC em idosas praticantes de atividade física. **Método(s):** Participaram do estudo 40 idosas (idade $60,4 \pm 4,9$ anos, massa corporal $62,7 \pm 11,3$ kg e estatura $1,56 \pm 0,05$ cm). Elas treinaram empregando-se dois diferentes métodos de exercício resistido, a saber: Treinamento Resistido Tradicional (TRT) e o Cluster Set (CRT), uma única vez para cada método em dias não consecutivos e, simultaneamente, aferidas a PA e a FC duas vezes durante o repouso (M1), imediatamente após o treino (M2), 5 minutos pós-treino (M3) e 10 minutos pós-treino (M4), para cada um dos protocolos. O treinamento resistido em ambos os métodos consistiu em exercícios de resistência (supino, *leg press*, remada, levantamento terra), realizando três séries de cada exercício com 8 repetições a 75% de 10 RM. A ANOVA bidirecional com medidas repetidas foi aplicada para cada variável e, quando necessário, foi utilizado o *posthoc* de *Bonferroni*. A significância estatística foi estabelecida em $p < 0,05$. **Resultados:** Para as análises da HPE utilizando a média dos dados da PAS em ambos os protocolos e comparando os valores do M1 com M3 e o M4, não foi observado esse efeito. Em relação as interações treino x momento apenas a FC apresentou relação ($F=2,7$; $\eta^2=0,06$; $p=0,044$). Para as demais variáveis não foram encontradas interações. Em relação às comparações entre momentos, efeitos principais sugerem diferenças significativas na PAS ($F=22,3$; $\eta^2=0,36$; $p=0,000$), PAD ($F=5,6$; $\eta^2=0,12$; $p=0,001$), DP ($F=35,5$; $\eta^2=0,47$; $p=0,001$) e FC ($F=17,3$; $\eta^2=0,30$; $p=0,000$). **Conclusão:** Em suma, o método CRT e o TRT demonstram respostas hemodinâmicas e cardiovasculares semelhantes, porém sem apresentar HPE significativo.

Palavras-chave: Treinamento resistido tradicional; Cluster Set; Respostas pressóricas.

DIMENSÕES DA SÍNDROME DE *BURNOUT* EM ATLETAS DE FUTEBOL MASCULINO E FEMININO: UM ESTUDO COMPARATIVO

Álvaro Delgado Neto; Rodrigo Weyll Ferreira; Daniel Alvarez Pires.

alvaronetto013@gmail.com.

Universidade Federal do Pará - UFPA.

Introdução: A síndrome de *burnout* ocorre em consequência ao estresse crônico, é um processo de afastamento físico, emocional e social de uma atividade antes agradável e satisfatória, no ambiente esportivo tem sido identificado em atletas de diferentes modalidades (WEINBERG; GOULD, 2017). O *burnout* tem como principais características a exaustão física e emocional (EFE), o reduzido senso de realização esportiva (RSR) e a desvalorização esportiva (DES). **Objetivo:** Mensurar a percepção da síndrome de *burnout* e suas dimensões em atletas profissionais de futebol masculino e feminino. **Método:** Participaram da pesquisa 112 atletas, sendo 54 jogadores masculinos, com média de idade $24,00 \pm 3,96$ e 58 atletas femininos, com média de idade $23,24 \pm 4,87$. Todos participaram da 1ª divisão do Campeonato Paraense de 2018. O instrumento utilizado foi a versão traduzida para o português e validada do Questionário de *Burnout* para Atletas (QBA) (PIRES; BRANDÃO; SILVA, 2006). Os dados foram analisados por meio de estatística descritiva e inferencial. O teste utilizado para comparação entre as dimensões de *burnout* entre atletas feminino e masculino foi o *Mann Whitney*. Os dados foram analisados no software *GraphPad Prism* versão 7.03. O índice de significância adotado foi $p < 0,05$. **Resultados:** As medianas do grupo masculino foram de 1,8 para as três dimensões (EFE, RSR, DES). As medianas do grupo feminino foram 1,6 para EFE, 2,0 para RSR e 1,8 para DES. Não houve diferenças significativas nas comparações intergrupos referentes à percepção das dimensões de *burnout*. Em geral, os indicadores das dimensões da síndrome foram baixos em ambos os grupos. **Conclusão:** A variável sexo não exerce influência na percepção das dimensões da síndrome de *burnout*. Os indicadores foram reduzidos, sugerindo que os atletas se sentem realizados quanto às suas habilidades e desempenhos, valorizam suas ações no contexto esportivo e apresentam adaptações psicofisiológicas às demandas de competições e treinos.

Palavras-chave: exaustão física e emocional, o reduzido senso de realização esportiva e a desvalorização esportiva.

Agradecimentos: Pró-Reitoria de Pesquisa e Pós-Graduação - PROPESP.



SÍNDROME DE BURNOUT E TEMPO DE PRÁTICA COMO ATLETA FEDERADO EM ATLETAS DE MODALIDADES ESPORTIVAS DE COMBATE

Adria Monique Mesquita do Nascimento; Jhonatan Wélington Pereira Gaia; Daniel Alvarez Pires; Rodrigo Weyll Ferreira.

adriamoniqueedufpa@gmail.com

Universidade Federal do Pará – UFPA

Introdução: A síndrome de *burnout* no âmbito esportivo é caracterizada como uma síndrome multidimensional crônica fundamentada em três dimensões: a exaustão física e emocional (EFE), o reduzido senso de realização esportiva (RSR) e a desvalorização esportiva (DES) (GUSTAFSSON; DEFRESE; MADIGAN, 2017). É uma resposta psicofisiológica exaustiva que surge como resultado de esforços frequentes, às vezes extremos e geralmente ineficazes, para atender ao excesso de treinamento físico e demandas psicológicas (KELLMANN, 2017). **Objetivo:** Comparar os índices de burnout de acordo com o tempo de prática como atleta federado em atletas de modalidades esportivas de combate. **Método:** Participaram da pesquisa 36 homens, praticantes de jiu-jitsu (n=18), karatê (n=7), boxe (n=7) e muay-thay (n=4). Todos são filiados a federações do Estado do Pará. A média de idade foi de $28,45 \pm 9,77$ anos, e o tempo médio de prática como atleta federado foi de $8,79 \pm 8,24$ anos. O instrumento de pesquisa utilizado foi o Questionário de Burnout para Atletas (QBA). A verificação da normalidade foi realizada através do teste de Shapiro-Wilk. Os dados foram analisados por meio da estatística descritiva e inferencial, através do coeficiente de correlação de Spearman (ρ) e do teste de Friedman para dados não paramétricos. A significância adotada foi de $p < 0,05$ e um valor mínimo crítico de $\rho \geq 0,40$. Os dados foram analisados através do software GraphPad Prism 8.0. **Resultados:** Os resultados mostraram medianas de EFE (1,4); RSR (2,0) e DES (1,8). Não foram observadas correlações significativas entre dimensões e o tempo de prática como atleta federado. A dimensão EFE foi a menos percebida, sendo significativamente menor quando comparada a dimensão RSR. **Conclusão:** Os atletas apresentaram reduzida prevalência de burnout e suas dimensões. A dimensão EFE foi a menos percebida pelos participantes, indicando a ausência de sobrecarga psicofisiológica (GIACOMONI; FONSECA, 2014), já a dimensão RSR foi a mais percebida, demandando cuidado no estabelecimento de metas. Não houve relação entre as dimensões de burnout e o tempo de prática como atleta federado, indicando que as percepções das dimensões de burnout podem estar mais vinculadas a diferenças no perfil psicológico, como características de personalidade (HILL et al., 2010).

Palavras-chave: *Burnout*; Psicologia do Esporte; Esporte de combate.

PREVALÊNCIA DA SÍNDROME DE *BURNOUT* EM PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA EM DIFERENTES CAMPOS DE ATUAÇÃO

Hávila da Silva Freitas; Daniel Alvarez Pires.

havila.freitas@outlook.com

Universidade Federal do Pará, Faculdade de Educação Física – Campus Universitário de Castanhal (CUNCAST).

Introdução: Estudos sobre o *burnout* começaram a ser amplamente difundidos a partir de descrições da década de 1970, relacionadas ao estresse cônico gerado pelo excessivo requerimento de energia para realização das atividades laborais. Por conseguinte, profissões em que se mantém uma relação direta e constante com as pessoas estabelecendo uma relação de amparo são acometidas com frequência por esta síndrome, bem como as relacionadas às áreas de serviços humanos, educação e saúde. **Objetivo:** Avaliar a prevalência da síndrome de *burnout* em professores de Educação Física professores no ensino básico (PEB) e profissionais da saúde e condicionamento físico (PSCF). **Método(s):** Participaram deste estudo 40 professores de Educação Física, de ambos os sexos (16 mulheres e 24 homens), com média de idade de $31,15 \pm 8,44$ anos e tempo médio na profissão de $6,74 \pm 8,17$ anos. Para verificar a presença de *burnout* utilizou-se a versão traduzida do *Maslach Burnout Inventory* (MBI), que o define a partir de altos escores de Exaustão Emocional (EE), Despersonalização (DP) e baixo escore de Realização Profissional (RP). Para a verificação da distribuição de normalidade dos dados foi empregado o teste de Shapiro-Wilk, que evidenciou uma distribuição não-paramétrica dos dados. Considerando esta distribuição o tratamento dos dados foi executado com recursos estatísticos não-paramétricos. O teste de U Mann-Whitney foi empregado para a comparação intergrupos dos escores das dimensões de *burnout*. A significância adotada foi de $p \leq 0,05$. **Resultados:** Não houve diferença estatisticamente significativa nos escores de *burnout* entre os grupos PEB e PSCF para as dimensões de EE (PEB: 23,00 e PSCF: 19,50; $p = 0,31$), DP (PEB: 7,00 e PSCF: 8,00; $p = 0,85$) e RP (PEB: 35,50 e PSCF: 37,50; $p = 0,16$). **Conclusão:** Os achados evidenciados no estudo sugerem que, para essa amostra de professores, as características laborais dos campos de atuação da Educação Física não exerceram influência na percepção das dimensões de *burnout*.

Palavras-chave: Esgotamento Profissional; Docentes; Treinadores; Saúde; Condicionamento Físico.

DURAÇÃO DOS BENEFÍCIOS SOBRE A COGNIÇÃO DE PROGRAMAS DE EXERCÍCIOS FÍSICOS EM IDOSOS: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA DE ENSAIOS CLÍNICOS RANDOMIZADOS

Victor Oliveira da Costa¹; Naína Yuki Vieira Jardim¹; Natáli Válím Oliver Bento-Torres^{1,2}.

violiveiradacosta@gmail.com

1 - Laboratório de Investigações em Neurodegeneração e Infecção (LNI), Universidade Federal do Pará (UFPA).

2 - Faculdade de Fisioterapia e Terapia Ocupacional (FFTO/UFPA).

Introdução: O envelhecimento mundial traz consigo a urgência crescente de estratégias eficazes para a prevenção do declínio cognitivo associado à idade. O exercício físico tem ganhado destaque na literatura neste aspecto, demonstrando exercer inúmeros benefícios sobre a função cognitiva no envelhecimento. Questões importantes a serem investigadas dizem respeito à duração destes efeitos (por quanto tempo os benefícios alcançados se mantêm após o término das intervenções e quais os protocolos de intervenção que promovem efeitos mais duradouros). **Objetivos:** Analisar as evidências da literatura sobre a duração dos benefícios de programas de exercícios físicos sobre a cognição em idosos saudáveis. **Método(s):** Revisão sistemática da literatura, utilizando-se a estratégia PICO e incluindo estudos publicados até setembro 2019, em língua inglesa. Foram incluídos estudos de ensaios clínicos randomizados que avaliaram a duração dos efeitos de programas de exercícios físicos sobre a cognição de idosos. Buscou-se no *PubMed*, *Lilacs*, *PEDEro*, *Scopus*, *Cochrane*, *Bireme*, *Medline*, *OpenGrey* e *Web of Science* com os seguintes *Medical Subject Headings*: *Aging and Exercise and Cognition and "Follow-Up Studies"* e seus entretermos. Após a remoção de resultados duplicados, dois revisores avaliaram independentemente os títulos e resumos dos estudos de acordo com critérios de inclusão pré-definidos e com a estratégia PICO e posteriormente os textos completos selecionados também foram revisados. Em casos de discordância, um terceiro avaliador procedeu a verificação dos artigos. **Resultados:** Foram identificados 973 artigos. Após a remoção de duplicatas, 576 foram analisados por título e resumo, dentre estes, 17 foram considerados para análise dos textos completos, o que resultou em 7 artigos elegíveis e incluídos nesta revisão. A maioria dos estudos empregou um programa de treinamento multicomponente, realizado duas vezes por semana, com uma hora de duração em cada sessão em intensidade moderada, tendo sido a sequência de treino (físico-cognitivo, cognitivo-físico ou treino físico e cognitivo simultaneamente) empregada de maneira diversificada. As reavaliações foram realizadas, em sua maioria, 12 meses após o término das intervenções, registrando manutenção dos benefícios cognitivos em seis dos sete estudos analisados, sobretudo na velocidade cognitiva, concentração, função executiva, velocidade de processamento de informação, memória (visual de longo prazo, verbal ou figurativa), atenção e fluência verbal. **Conclusão:** Efeitos positivos significativos do exercício físico na cognição de idosos são mantidos por até 12 meses após o término das intervenções. Estes resultados contribuem para a orientação de políticas públicas direcionando quais protocolos e intervalos de tempo que os programas com exercício físico devem ser implementados.

Palavras chaves: Envelhecimento ativo; Desempenho cognitivo; *Follow-up*.



O EFEITO DA RECUPERAÇÃO ATIVA APÓS TREINAMENTO EXCÊNTRICO DE MEMBROS INFERIORES

Maycon Ribeiro Fernandes; Natanael Cunha de Sousa; Victor Silveria Coswig

Mayconrf20@gmail.com

Universidade Federal do Pará

Introdução: A recuperação entre sessões de treino é imprescindível para evitar lesões e obter ganho. Dentre os métodos de recuperação destaca-se a recuperação ativa, que consiste na realização de um exercício de menor intensidade através da ação aeróbia. Variáveis como volume, intensidade e tipo de recuperação influenciam na performance e adaptações fisiológicas. **Objetivo:** comparar as respostas entre as modalidades de recuperação passiva e ativa em esteira rolante, pós e 24 horas após treinamento excêntrico de membros inferiores no aparelho Leg Press 45°. **Matérias e Métodos:** Participaram desse estudo 15 indivíduos universitários do sexo masculino com idade de $18 \pm 25,3$ anos, massa corporal 65 ± 70 kg. Para indicadores antropométricos foi utilizado uma balança científica. Foi mensurada a estatura pelo estadiometro. Nos dois protocolos de recuperação foram realizados o mesmo protocolo de indução de dano muscular no aparelho Leg Press 45°, escolhido por oferecer maior segurança. foi realizado um aquecimento antes do início das séries. O treino consistia em três series até a falha excêntrica do movimento seguidos de 1 minutos de descanso. Para a recuperação passiva os sujeitos foram orientados a permanecer em repouso durante o tempo de 15 minutos. Para o protocolo de recuperação ativa os participantes tiveram a FC monitorada por um frequencímetro (Átrio) durante 15 minutos de exercício aeróbio na faixa de intensidade de 70% da frequência cardíaca de Reserva. Para mensurar potência de membros inferiores, usada como medida de desempenho e variável de recuperação, foi utilizado salto horizontal(SH) e saltos verticais na plataforma de saltos (Cefisie), assim como os protocolos que o compõem, contra movimento jump(CM), Squat jump(SJ), Drop jump(DJ). Os saltos eram realizados nos momentos pré-treino, pós protocolo de recuperação e 24 horas após o protocolo. **Resultados:** os dados foram analisados pelo *software* SPS ($p=0,05$). Os resultados obtidos para momentos (pré, pós e 24 horas) foram: CMJ=0.281, SJ=0.273, DJ=0.529, SH=0.225. Já para tratamento, métodos ativo e passivo, foram encontrados os seguintes valores: CMJ=0,756, SJ=0,663, DJ=0,660, SH=0,039. O comportamento entre os dois tipo de tratamento foram semelhante, Portanto não houve interação. **Conclusão:** Conclui-se que o método ativo investigado, comparado ao método passivo, não foi eficiente para reduzir os efeitos do cansaço muscular no desempenho de saltos verticais e horizontais em nenhum dos momentos.

Palavras-chave: Método ativo; Descanso; exercício aeróbio.

PERFIL DAS QUEIXAS DE DOR RELACIONADAS À PRÁTICA ESPORTIVA EM ATLETAS CEGOS PARTICIPANTES DA TAÇA PARÁ DE FUTEBOL DE CINCO

Luana Correa Pardauil de Moraes; Marília Passos Magno e Silva; Paulo Renan Farias Furtado.

luana.correa02@hotmail.com

Universidade Federal do Pará.

Introdução: O Futebol de cinco, também conhecido como Futebol de Cegos, ganhou maior visibilidade após sua inserção nos jogos de Atenas. A partir de 2004, a seleção brasileira participou de todas as edições do evento, sagrando-se tetra campeã paralímpica. O desenvolvimento da modalidade estimula uma maior inserção de atletas, o que exige incremento na intensidade e frequência nos treinamentos e competições, aumentando a ocorrência de lesões esportivas. O comprometimento visual também pode ser entendido como um fator que compromete a propriocepção, desequilíbrios bilaterais de força, e elevadas cargas de treinamento. **Objetivos:** O objetivo principal do estudo foi identificar o perfil das queixas de dor referidas pelos atletas no futebol de 5 durante I Taça Pará de Futebol de 5. **MÉTODOS:** Desenvolveu-se um estudo transversal, descritivo com abordagem quantitativa, no qual utilizou-se questionário eletrônico adaptado do LAPREV/UFMG, com perguntas fechadas, aplicados durante a I Taça Pará de futebol de 5. Os dados foram tratados através do pacote estatístico Bioestat 5.3, no qual se adotou estatística descritiva para a caracterização da amostra e variáveis, por meio da apresentação das prevalências em valores absolutos e em valores relativos, sendo adotado um nível de significância de $p \leq 0,05$. A amostra constitui-se de 23 atletas adultos, classe visual B1, do sexo masculino, com média de 28,92 anos e no mínimo uma queixa de dor sofrida nos últimos 3 meses. **RESULTADOS:** Foi possível constatar uma prevalência de 69% de queixa de dor relacionada à prática da modalidade, com maior acometimento de lesões articulares (76%) sobre os membros inferiores, sendo o tornozelo a principal região afetada (62,5%). A ocorrência de lesões foi maior durante jogos competitivos (70,58%), enquanto o atleta realizava ação de ataque (58,84%). Uma maioria de atletas (58,82%), relatou ter se lesionado após contato direto com o adversário, ao mesmo tempo que 29,40% afirmaram não utilizar nenhum equipamento auxiliar de proteção. Em relação ao tratamento adotado, 41,16% dos entrevistados declararam não ter tido acompanhamento de um profissional da saúde em sua reabilitação, enquanto 35,28% apontou supervisão do médico e fisioterapeuta. **CONCLUSÃO:** Portanto, apesar do crescente desenvolvimento do futebol de 5, foi possível identificar uma alta prevalência de queixas relacionadas às lesões esportivas. O estudo permitiu identificar algumas características importantes para os profissionais da área permitindo discussões pertinentes sobre o treinamento esportivo na modalidade, a fim de fundamentar um futuro planejamento de ações voltadas para a prevenção de lesões.

Palavras-chave: Epidemiologia; traumatismo; esporte adaptado.



INCIDÊNCIA E EFEITOS DA SÍNDROME PRÉ-MENSTRUAL (SPM) ENTRE UNIVERSITÁRIAS PRATICANTES DE TREINAMENTO RESISTIDO E SEDENTÁRIAS

Eliane Aragão da Silva; Daniel Alvarez Pires.

eliaragao19@gmail.com.

Universidade Federal do Pará (UFPA).

Introdução: A Síndrome Pré-Menstrual (SPM) vem ganhando notoriedade no meio científico, sendo ela um conjunto de mais de 100 sintomas físicos, psicológicos e comportamentais diferentes decorrentes das modificações hormonais, afetando aspectos físicos, de humor, cognitivos e sociais da mulher no período de uma semana antes da menstruação (MENDES; SOUSA, 2017). Uma meta análise realizada por Direkvand-Moghadam et al., (2014) constatou que cerca de metade da população mundial feminina pode estar acometida pela SPM, podendo prejudicar sua vida familiar, profissional e acadêmica. Estudos recentes apontam que a prática de atividades físicas pode influenciar na diminuição dos sintomas de SPM (VIRK et al., 2019; ILMAZ-AKYUZ; AYDIN-KARTAL, 2019). **Objetivo:** Observar a incidência e os efeitos de SPM nos fatores psicológicos de universitárias praticantes de treinamento resistido e sedentárias. **Método:** Ao todo, 81 mulheres universitárias participaram do estudo. Após os critérios de inclusão, 40 mulheres com idades entre 17 e 28 anos, sem diagnóstico de doenças psicológicas ou no aparelho reprodutor, sem ciclos desregulados e acometidas pela SPM foram selecionadas e divididas em dois grupos com 20 participantes cada: praticantes de musculação (GP) e sedentárias (GS). Para diagnóstico de SPM e mensuração dos sintomas psicológicos foi utilizado o Premenstrual Symptom Screening Tool (PSST), elaborado por Steiner, Macdougall e Brown (2003) e validado no Brasil por Câmara et al. (2017). A análise dos dados foi realizada com o teste Shapiro-Wilk para a normalidade das amostras e o teste U de Mann-Whitney para a comparação dos sintomas entre os grupos, sendo o índice de significância adotado igual a $p < 0,05$. **Resultados:** De 81 mulheres participantes, mais de 50% eram acometidas por SPM, não havendo diferença significativa entre os grupos. Houve diferenças significativas na comparação intergrupos, com o GS apresentando indicadores mais elevados que o GP referentes aos itens: a) dificuldade de concentração ($p = 0,02$); b) fadiga/ falta de energia ($p = 0,03$); e c) sentindo-se sob pressão ou fora de controle ($p = 0,02$). Tendo maior interferência dos sintomas em seus relacionamentos familiares ($p = 0,02$). **Conclusão:** Mais de 50% das mulheres universitárias mostraram-se sujeitas a SPM. As universitárias sedentárias possuem maior dificuldade de concentração, constante falta de energia e relatam estarem fora de controle. Esses fatores psicológicos interferem principalmente em seus relacionamentos familiares. Dessa forma, conclui-se que mulheres praticantes de treinamento resistido apresentam indicadores reduzidos de alguns sintomas psicológicos da SPM.

Palavras-chave: Musculação; Sintomas Psicológicos; Fase Lútea.

Nossos Agradecimentos a PROPESP que através do PIBIC financiou o presente estudo.

INDICADORES DE *BURNOUT* NO EFEITO DO TEMPO DE ARBITRAGEM

Adrieny Bernardo de Oliveira¹; Daniel Alvarez Pires²; Eduardo Macedo Penna².

adrieny.oliveira@ifpa.edu.br

1 - Instituto Federal do Pará- IFPA

2 - Universidade Federal do Pará- UFPA

Introdução: O contexto de atuação do árbitro de futebol está associado a diversas condições que podem gerar estresse laboral, como ameaças físicas, pressão da torcida e da imprensa, necessidade de manter controle emocional frente ao descontrole de treinadores e atletas, e pouco reconhecimento profissional. Esse quadro de sobrecarga pode torná-lo propenso à síndrome de exaustão profissional conhecida como *burnout* (OLIVEIRA; PIRES; PENNA, 2018). **Objetivo:** Verificar o efeito do tempo de arbitragem na percepção das três dimensões de *burnout*: exaustão física e emocional (EFE), reduzido senso de realização esportiva (RSR) e desvalorização esportiva (DES). **Métodos:** Participaram do estudo 72 árbitros de futebol. Utilizamos o valor médio de tempo de arbitragem obtido (5 anos) para a estruturação de dois grupos: T1 com 44 participantes (61,11%) que possuem cinco anos ou menos, e o T2 com 28 participantes (38,89%) que apresentaram mais de cinco anos. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) com Seres Humanos, conforme parecer 65796316.3.0000.001. Foi utilizado o inventário de *burnout* para árbitros (BRANDÃO *et al*, 2014) composto por nove itens que contemplam as três dimensões da síndrome, sendo também aplicado um questionário sociodemográfico. A estatística descritiva e o teste U de *Mann Whitney* foram utilizados para a análise dos dados ($p \leq 0,05$). **Resultados:** As medianas (Md), diferenças interquartis (Q1-Q3) e o valor do p bilateral encontrados no EFE foram: Md 7,0 no T1 e 7,5 no T2; Q1-Q3: 5,00-9,25 no T1 e 6,00-11,25 no T2; e $p = 0,16$. Em relação à dimensão RSR, Md 5,0 no T1 e 6,0 no T2; Q1-Q3: 4,00-7,00 no T1 e 4,00-10,25 no T2; e $p = 0,14$. Na DES, Md de 3,0 no T1 e de 4,5 no T2; Q1-Q3: 3,00-6,00 no T1 e 3,00-8,5 no T2; e $p = 0,25$. **Conclusão:** Não foi observado efeito da variável tempo de arbitragem na percepção das dimensões de *burnout* entre os árbitros de futebol.

Palavra-chave: árbitros; futebol; avaliação psicométrica.

ANÁLISE DO CLIMA MOTIVACIONAL GERADO PELOS TREINADORES EM EQUIPES DE FUTEBOL SUB-20

Igor José Lima da Silva Brandão; Victor André Chaves Teixeira; Daniel Alvarez Pires.

igorbrandao61@gmail.com.

Universidade do Estado do Pará; Universidade Federal do Pará.

Introdução: A psicologia do esporte e do exercício visa estudar a importância da psicologia no contexto esportivo, já destacando o preparo psicológico como diferencial e a motivação, se bem explorada, como agente benéfico ao rendimento. Essa motivação possui influências familiares, de outros atletas, mas principalmente do treinador, determinante na percepção do clima motivacional dos atletas. **Objetivo:** A pesquisa concentra-se em analisar o clima motivacional de equipes de futebol sub-20. **Método:** A metodologia foi solidificada na aplicação do questionário *Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire-2* (PMCSQ-2) em 72 atletas de futebol da categoria sub-20 pertencentes a 3 clubes que disputam o Campeonato Paraense, identificados pelos códigos C1 (30 atletas), C2 (21 atletas) e T1 (21 atletas). O questionário possui trinta e três itens, com opções de resposta em uma escala Likert de 1 (“discordo totalmente”) a 5 (“concordo totalmente”). O instrumento foi aplicado no período anterior à competição e permite identificar as duas escalas: Tarefa (TA) e Ego (EG); e seis sub-escalas: Aprendizagem Cooperativa (AC); Esforço (ES); Função Importante (FI); Rivalidade entre Membros (RM); Reconhecimento Desigual (RD); Punição para Erros (PE). **Resultados:** As médias e desvios-padrão dos escores da equipe C1 serão apresentadas a seguir: TA= 4,19±0,51; EG= 2,81±0,49; AC= 4,18±0,84; ES= 4,12±0,50; FI= 4,32±0,54; RM= 3,15±0,88; RD= 2,50±0,59; PE= 2,98±0,51. As médias e desvios-padrão dos escores da equipe C2 serão apresentadas a seguir: TA= 4,31±0,38; EG= 2,48±0,36; AC= 4,38±0,53; ES= 4,19±0,48; FI= 4,45±0,35; RM= 2,84±0,70; RD= 2,29±0,49; PE= 2,51±0,48. As médias e desvios-padrão dos escores da equipe T1 serão apresentadas a seguir: TA= 4,01±0,47; EG= 3,21±0,43; AC= 3,86±0,78; ES= 4,05±0,41; FI= 4,09±0,50; RM= 3,47±0,67; RD= 3,04±0,65; PE= 3,27±0,40. **Conclusão:** O clima motivacional voltado para a tarefa está com maior predominância em todos os clubes, comparando-o com o clima voltado ao ego. A aprendizagem cooperativa também alcançou valores consideráveis em todos os clubes. A punição para erros foi uma das características com menor pontuação. O clima motivacional voltado a tarefa mostrou-se mais efetivo, se comparado ao clima motivacional voltado ao ego.

Palavras-chave: Psicologia do Esporte; Motivação; Jovens Atletas.

EXERCÍCIO FÍSICO NA PREVENÇÃO DE QUEDAS EM IDOSOS: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

Michele Oliveira Soares; Camila Malena Meiguins Brito; Rebeca Costa da Silva; Wendy Victória Silva do Nascimento; Marlisson César Costa Ferreira; Giovanna Silva Motta; Vitória Novais Nascimento; Mayra Hermínia Simões Hamad Farias do Couto.

soares.michelly12@gmail.com

Universidade da Amazônia.

Introdução: O processo de envelhecimento acarreta uma série de mudanças fisiológicas que resultam na diminuição da massa muscular, força e função em muitos sistemas. Com esta perda, os idosos apresentam redução da força muscular que, conseqüentemente, reflete de forma negativa na capacidade funcional e mobilidade, tornando os idosos suscetíveis a quedas. **Objetivo:** Verificar a eficácia dos exercícios físicos na prevenção de quedas em idosos por meio de uma revisão sistemática. **Método:** A pesquisa é uma revisão sistemática de literatura fundamentada em artigos científicos encontrados nas bases de dados online SciELO, PubMed, LILACS e PEDro. A busca foi realizada pelos autores de Junho a Agosto de 2019 por meio dos descritores e operadores booleanos: Physiotherapy OR exercises OR prevention AND elderly AND falls, e seus respectivos sinônimos na língua portuguesa. Os critérios de inclusão foram: ensaios clínicos; período de publicação entre 2014 a 2019; idiomas português e inglês; amostra com idosos sem patologias pregressas, e a utilização da escala Jadad para a análise da qualidade metodológica dos estudos escolhidos. A pesquisa se iniciou com a busca nas bases de dados previamente selecionadas, posteriormente, realizou-se a aplicação dos critérios de inclusão, leitura do título e resumo dos artigos, e leitura completa do texto com aplicação da escala Jadad. **Resultados:** Nesta revisão foram incluídos um total de 11 artigos que obtiveram uma pontuação acima de 4 pontos na escala Jadad, onde apresentaram protocolos de exercícios de força muscular, resistência, flexibilidade, equilíbrio, alongamento, treino de marcha e tarefas de funcionalidade voltadas para atividades de vida diária, porém, a maioria dos autores optaram por uma intervenção contendo exercícios de fortalecimento muscular e treinamento de equilíbrio, os quais se mostraram eficazes para a prevenção de quedas em idosos. A inclusão desses exercícios para a prevenção de quedas tem por finalidade melhorar as alterações de equilíbrio, perda de força muscular e alterações no padrão da marcha, que são fatores de risco para quedas em idosos. **Conclusão:** A partir da exploração dos artigos selecionados, pôde-se concluir com o presente estudo que, devido ao processo de envelhecimento, os idosos apresentam diversas alterações na força muscular, equilíbrio, resistência, flexibilidade e marcha. Portanto, após a análise da pesquisa, observou-se que os artigos que optaram por protocolos de exercícios de fortalecimento muscular e de equilíbrio se mostraram eficazes para a prevenção de quedas em idosos. Sugere-se uma melhor descrição metodológica para futuros estudos relacionados à prevenção de quedas em idosos.

Palavras-chave: Fisioterapia; Intervenção; Envelhecimento.

CAPACIDADE FUNCIONAL DE IDOSOS SUBMETIDOS A UM PROGRAMA DE EXERCÍCIOS RESISTIDOS AVALIADOS PELO TESTE DE CAMINHADA DE DOIS MINUTOS

Elissa Raissa Siqueira do Nascimento; Ana Caroline dos Santos Barbosa; Daniela Ferreira Leite; Joyce Lobato da Costa; Renato da Costa Teixeira.

elissaraissa@gmail.com

Universidade do Estado do Pará (UEPA).

Introdução: O envelhecimento é caracterizado por alterações morfofisiológicas com redução da capacidade funcional (CESAR, 2017). Contudo, conforme descrito na literatura, pode ter seus efeitos minimizados pela assimilação de um estilo de vida mais ativo, como a prática de exercícios físicos, a citar o treinamento resistido (CARLETTO et al., 2014). **Objetivo:** Avaliar a capacidade funcional de idosos submetidos a um programa de exercícios resistidos avaliados pelo teste de caminhada de dois minutos (TC-2). **Métodos:** Estudo transversal, prospectivo e observacional, aprovado pelo CEP/UEPA sob parecer 2.951.022. A coleta de dados foi realizada com idosos praticantes de exercícios resistidos no Laboratório de Exercícios Resistidos e Saúde (LERES). Inicialmente os participantes assinaram o TCLE e após, foi aplicado o TC-2, sendo tão sensível quanto o TC-6. Para ele, segue-se a mesma metodologia do TC-6, com os valores de referência estabelecidos por Selman et al. (2014) e a equação de referência para distância percorrida: $DP_{predita} = 252.583 - (1.165 \times idade) + (19.987 \times gênero)$, onde: masculino= 1 e feminino= 0. Os sujeitos são instruídos a caminhar em uma pista demarcada com 30 metros, sendo verificado os sinais vitais antes, durante e após (pressão arterial; frequência cardíaca e respiratória; saturação de oxigênio e índice de Borg). A análise estatística foi feita de maneira descritiva e inferencial, sendo verificada as normalidades dos dados através do teste D'Agostino-Pearson (k amostras). **Resultados:** Participaram do estudo 52 idosos, sendo 36 mulheres (69,23%) e 16 homens (30,76%). A idade dos participantes variou entre 60 a 89 anos, com média de $71,78 \pm 6,47$ anos. No TC-2, a distância percorrida foi em média $146,16 \pm 33,31$ metros. Os valores pré-teste foram: PAS (mmHg) $120,59 \pm 8,35$; PAD (mmHg) $76,08 \pm 7,23$; FC (bpm) $78 \pm 12,48$; FR (irpm) $18,55 \pm 2,50$; SpO2 (%) $98 \pm 0,01$; Índice de Borg $0,29 \pm 0,83$. E os valores pós-teste foram: PAS (mmHg) $126,47 \pm 8,64$; PAD (mmHg) $78,63 \pm 7,75$; FC (bpm) $82,45 \pm 15,45$; FR (irpm) $21,08 \pm 2,05$; SpO2 (%) $97 \pm 0,02$; Índice de Borg $02,08 \pm 1,83$. Valores esses estatisticamente significativos pelo teste do Qui-Quadrado para uma amostra com proporções esperadas iguais. **Conclusão:** Dessa forma, os resultados do estudo evidenciam que os valores de todas as variáveis pré-teste de caminhada não tiveram diferenças significativas com os valores pós-teste de caminhada. Ainda, como se trata de um estudo transversal sobre as respostas agudas ao TC-2, não pode se inferir efeito satisfatório ou negativo com a capacidade funcional. Assim, sugere-se que sejam realizados novos estudos sobre a temática.

Palavras-chave: Envelhecimento; Exercício Físico; Fisioterapia.

Agradecimentos ao Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPQ) pelo financiamento da pesquisa.

A IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO FÍSICA NAS SÉRIES INICIAIS: UMA ANÁLISE DO DESENVOLVIMENTO PSICOMOTOR. RELATO DE EXPERIÊNCIA.

Thamyris Paola Mouta de Oliveira; Samara Gomes Gonçalves.

thamyris_mouta@hotmail.com.

Universidade do Estado do Pará (UEPA).

Introdução: A Lei de Diretrizes e Bases da Educação nº. 9.394/96 (LDB) ressalta que a Educação Física é componente curricular nas séries iniciais da Educação Infantil, tal disciplina possibilita o desenvolvimento de atividades cognitivas, motoras e sociais. Segundo Jean Piaget (1994) a criança é um ser dinâmico, que em todo momento interage com a realidade, logo, essa é a fase crucial para que o indivíduo compreenda seu corpo e sua mente. Desse modo, no suceder do processo escolar, os elementos básicos da psicomotricidade de acordo com Rossi (2012), são: estrutura corporal, orientação espacial/temporal, lateralidade e pré-escrita, os quais se fazem indispensáveis para o desenvolvimento global e uniforme da criança como mencionado por Piaget. **Objetivos:** Relatar a vivência de acadêmicas de Educação Física da Universidade do Estado do Pará (UEPA) em uma Unidade de Educação Infantil Casa Espiritual, localizada no município de Ananindeua-Pa, com intuito de verificar a importância da Educação Física no desenvolvimento psicomotor dos educandos. **Métodos:** A proposta metodológica adotada fora estudo de campo com caráter qualitativo, servindo-se da brincadeira lúdica como ferramenta pedagógica, que estimulou a experimentação psicomotora de alunos com faixa etária entre 5 e 6 anos, as quais foram instigadas a atingir o objetivo proposto pela prática, por meio da imaginação, raciocínio lógico e estímulos de diversificadas movimentações, como: correr, saltar e equilibrar-se. Para coleta de dados utilizou-se a revisão da literatura, seguida de observações descritas em diário de campo. **Resultados:** Observou-se que as crianças possuíam déficit motriz elevado, não correspondendo aos comandos no tempo determinado para as movimentações psicomotoras pertinentes à atividade proposta. Resultante de a instituição apresentar infraestrutura inadequada para o desenvolvimento da disciplina Educação Física, limitando as práticas lúdicas planejadas pelas pedagogas, uma vez que a Unidade não possuía professor de Educação Física no corpo docente. **Conclusão:** Conclui-se, portanto, que a instituição não atende o preconizado pela LDB, seja pela precarização da estrutura física como também pela ausência do docente para ministrar as aulas de Educação Física, o que dificulta o desenvolvimento psicomotor dos indivíduos. Assim, urge a necessidade de efetivar professores de Educação Física no corpo docente da Unidade e realizar políticas públicas voltadas para a reforma e construção de espaços destinados a demanda escolar, proporcionando o lazer, o brincar e o pensar social, através de jogos e brincadeiras potencializar o desenvolvimento motor e cognitivo dos estudantes.

Palavras-chave: Educação Física; psicomotricidade; Educação Infantil.

EFEITOS DO ENVELHECIMENTO EM AJUSTES POSTURAIIS ANTECIPATÓRIOS: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA.

Manuela Brito Duarte; Gizele Cristina da Silva Almeida; Kelly Helorany Alves Costa; Bianca Callegari.

manubritd@hotmail.com.

Laboratório de Estudos da Motricidade Humana. Instituto de Ciências da Saúde. Universidade Federal do Pará.

Introdução: Com intuito de atenuar o desequilíbrio o indivíduo necessita de estratégias de controle postural que englobam aspectos do equilíbrio e da postura. Estas estratégias de controle postural são divididas em pré e pós perturbação, "preditivas" (antecipatórias) e "reativas" (compensatórias), respectivamente ou uma combinação de ambas (Laessoe and Voigt 2008). Quando uma ameaça ao equilíbrio é prevista, o mecanismo de Feedforward é desencadeado antecipadamente, para neutralizar os efeitos mecânicos que a perturbação poderá ocasionar. Nesse mecanismo, os músculos posturais são recrutados anteriormente a perturbação, numa estratégia denominada Ajustes Posturais Antecipatórios (APA's) (Bouisset& Zattara,1987; Massion, 1992; Moore et al., 1992; Santos, Kanekar&Arui, 2010). A literatura vem mostrando que os APAS podem estar comprometidos nos idosos em decorrência do declínio fisiológico característico do processo de senescência. (Woollacott, 1988; Kubicki, 2012; Woollacott e Manchester, 1993; Bleuse et al., 2006; Kanekar e Arui, 2014). **Objetivo(s):** o objetivo desta revisão sistemática foi determinar se os APAs estão alterados em idosos saudáveis, comparados com jovens, a partir de mensurações de latência, centro de pressão (COP) e cinemática. **Método(s):** Trata-se de uma revisão sistemática da literatura. O levantamento bibliográfico foi realizado nas bases de dados: Lilacs, Medline, Scielo, Pubmed, Cochrane, Central, Embase, Cinahl. Foram consideradas todas as publicações de artigos encontradas que descreveram os Ajustes Posturais Antecipatórios (APA) em jovens e adultos. Foram utilizados os seguintes descritores em inglês: Anticipatory postural adjustment(s); APA(s); age(d); older; aging; elderly. **Resultados:** foram identificados um total de 477 artigos. Após esta seleção, 34 textos foram considerados elegíveis para leitura completa dos mesmos e 10 foram incluídos nesta revisão. Os estudos incluídos nessa revisão contabilizam 304 indivíduos, 132 jovens e 172 idosos. A variável de latência muscular foi analisada em 7 artigos nos quais 6 encontraram diferenças entre os grupos denotando atraso na preparação antecipada dos idosos principalmente nos músculos Bíceps Femoral, Ereter da Espinha, Tibial Anterior e Gastrocnêmio. A cinemática foi prioritariamente utilizada para padronização dos movimentos entre grupos encontrando apenas diferença no movimento de segurar quando realizado de forma lenta. O deslocamento do centro de pressão foi analisado em 7 artigos evidenciando um início atrasado e maior magnitude nos idosos que representa menor preparação em comparação aos jovens. **Conclusão:** Esta revisão sistemática evidencia que a latência muscular nos idosos é atrasada e os deslocamentos do centro de pressão são maiores quando comparados aos jovens. Com isso, esses dois fatores mostram que os idosos apresentam preparação atrasada frente a uma perturbação prevista.

Palavras-chave: Postura; Equilíbrio Postural; Eletromiografia.



VALIDADE DO APLICATIVO ELITE HRV PARA ANALISAR A VARIABILIDADE DA FREQUÊNCIA CARDÍACA.

Luísa Freire da Silveira Castanheira; Eduardo Macedo Penna; Victor Silveira Coswig.

luisa_castanheira@hotmail.com

Instituto de Ciências da Saúde, Universidade Federal do Pará.

Introdução: A introdução de aplicativos para Smartphones permite que atletas e profissionais gravem e armazenem intervalos R-R para análise imediata da Variabilidade da Frequência Cardíaca (VFC). Esta é a variação entre os batimentos cardíacos individuais durante um período consecutivo, chamados ciclos cardíacos e que pode fornecer uma estimativa da atividade do sistema nervoso central. **Objetivo:** O objetivo desta investigação foi examinar a relação entre um índice vagal de VFC, o rMSSD, quando derivado do aplicativo Elite HRV em relação ao programa de software Kubios HRV 3.3.1. **Métodos:** Para tanto, amostra foi composta de 12 atletas competidores de CrossFit® com média de idade de $32 \pm 4,5$, média de tempo de prática de $2,5 \pm 0,74$, e que possuíam no mínimo 75% de frequência nas sessões de treinamento. Os instrumentos utilizados foram os cardiofrequencímetros PolarH7 e H10. Dessa forma, os voluntários eram posicionados em uma cadeira e após a normalização da Frequência Cardíaca registravam-se os dois primeiros minutos de VFC. Posteriormente, os intervalos R-R foram exportados e analisados no programa Kubios HRV 3.3.1 Foi escolhido para análise o parâmetro rMSSD, por apresentar boa validade e reprodutibilidade no contexto esportivo, em comparação com outros índices de densidade espectral de potência. Cada arquivo foi corrigido para batimentos ectópicos e artefatos antes da análise usando um método de correção de artefatos fornecido no Kubios HRV 3.3.1. A relação entre rMSSD derivado do Elite HRV e do Kubios HRV 3.3.1 foi examinada utilizando uma correlação de Pearson, Coeficiente de Correlação Intraclasse (ICC) e um gráfico de Bland-Altman para descrever o nível de concordância. **Resultados:** A análise indica que existe forte correlação positiva entre os valores medidos pelos dois métodos ($r= 0,906$; $p= 0,001$) e elevado Coeficiente de Correlação Intraclasse (0,94). Adicionalmente, a análise visual gráfica indica elevado grau de concordância entre os dois métodos. **Conclusão:** Em suma, as observações demonstraram um alto índice de correlação e não foram encontradas diferenças entre as duas fontes de análise da VFC observadas, obtendo um nível satisfatório de concordância entre o Kubios HRV 3.3.1 e o Elite HRV. Sendo assim, as duas fontes apresentam-se como ferramentas confiáveis para a análise da VFC.

Palavras-chave: Sistema Nervoso Central; Estudos de Validação; Batimentos Cardíacos Ectópicos.

O TREINAMENTO RESISTIDO DE BAIXO VOLUME PROMOVE BENEFÍCIOS NAS ADAPTAÇÕES MUSCULARES E FUNCIONALIDADE EM PACIENTES COM LEUCEMIA MIELOIDE AGUDA.

Matheus Barbalho¹; Victor Silveira Coswig², Carlos Alexandre Vieira¹, Vitor Alves Marques¹, Paulo Gentil¹.

matheussmbarbalho@gmail.com

1-Faculdade de Educação Física e Dança, Universidade Federal de Goiás, Goiânia, Goiás, Brasil;

2-Faculdade de Educação Física, Universidade Federal do Pará, Castanhal, Pará, Brasil.

Introdução: A leucemia mieloide aguda e seu tratamento quimioterápico prejudicam significativamente a capacidade funcional e composição corporal dos pacientes. Desta forma, o exercício físico como medida de prevenção para esses efeitos colaterais, vem sendo investigado durante a fase de tratamento quimioterápico. **Objetivo:** Portanto, nosso objetivo foi investigar os efeitos de um baixo volume de treinamento resistido durante o tratamento quimioterápico na composição corporal, capacidade funcional, força e espessura muscular. **Métodos:** Vinte e dois pacientes adultos com leucemia mieloide aguda foram aleatoriamente alocados nos grupos de treinamento resistido (GTR, n=12) ou controle (GC, n=10). O treinamento ocorreu durante o tratamento quimioterápico de indução, com duas sessões semanais de exercícios para o corpo todo (supino, remada e agachamento), por 10 semanas. Foram avaliados a composição corporal através absorciometria de raio X de dupla emissão (DXA), espessura muscular por ultrassonografia de bíceps, tríceps e quadríceps, força muscular através da prensão manual e testes de funcionalidade. Após os testes de normalidade, foram realizados os test-t pareado intra-grupo. A partir da significância foi utilizado, a análise de covariância (ANCOVA), com os valores de diferença absoluta de cada grupo para comparação entre grupos. O nível de significância alfa foi definido em $p < 0.05$. **Resultados:** Na análise intra-grupo, foram demonstrados perda significativa na composição corporal em ambos os grupos ($p < 0.001$), na massa corporal e massa gorda, enquanto na massa livre de gordura apenas o grupo controle apresentou perda, com o grupo TR não apresentando perda significativa ($p = 0.741$). Na espessura muscular, o grupo controle apresentou perda significativa apenas no músculo quadríceps ($p < 0.001$), enquanto o grupo TR apresentou aumento da espessura muscular significativa nos três pontos de medição ($p < 0.001$). Na força e capacidade funcional, o grupo TR apresentou ganhos significativos em todos os testes ($p < 0.001$), enquanto o grupo controle apresentou perda significativa no teste de força de prensão manual e funcional de flexão de cotovelo por 30 segundos ($p < 0.001$), enquanto não demonstrou diferença nos testes de sentar e levantar ($p = 0.196$), velocidade de marcha ($p = 0.051$), caminhada de seis minutos ($p = 0.089$) e flexibilidade ($p = 0.196$). Na comparação entre grupos, o grupo TR demonstrou superioridade em todos os testes avaliados ($p < 0.05$), exceto na espessura muscular de bíceps, não demonstrando diferença entre grupos ($p = 0.056$). **Conclusão:** Os resultados demonstram que um baixo volume de treinamento resistido semanal, é capaz de promover, manutenção da massa livre de gordura, aumentos nos níveis de força, espessura muscular e funcionalidade em pacientes com leucemia mieloide aguda durante o tratamento quimioterápico.

Palavras chaves: Força muscular; Hospitalização; Qualidade de vida; Exercício físico

REDUÇÃO DOS NÍVEIS DE INFLAMAÇÃO SUBCLÍNICA EM IDOSOS QUE REALIZARAM PROGRAMA DE ATENÇÃO AO IDOSO BASEADO EM EXERCÍCIO FÍSICO MULTIMODAL

Naina Yuki Viera Jardim¹; Victor Oliveira da Costa¹; Alessandra Mendonça Tomás¹; Josilayne Patricia Ramos Carvalho¹; Helen Tatiane Santos Pontes¹; João Bento-Torres^{1,2}; Natáli Valim Oliver Bento-Torres^{1,2}.

naina.jardim@gmail.com

1 - Laboratório de Investigações em Neurodegeneração e Infecção (LNI), Universidade Federal do Pará (UFPA).

2 - Faculdade de Fisioterapia e Terapia Ocupacional (FFTO/ UFPA).

Introdução: O exercício físico é uma estratégia para prevenção de doenças associadas à idade. Considerando que no envelhecimento existem aumentos de citocinas inflamatórias e proteínas de fase aguda promovendo um estado crônico de inflamação subclínica (ICS), e sabendo que esta condição é considerada fundamental para início e evolução de doenças crônicas associadas à idade, hipotetiza-se que um dos possíveis mecanismos de proteção decorrentes do exercício físico é a diminuição dos níveis de ICS, mensurado por meio da dosagem de Proteína C reativa ultrasensível (PCRU), biomarcador de destaque na literatura para ICS e eventos cardiovasculares adversos.

Objetivo: Investigar a influência de três meses de exercício físico multimodal sobre os níveis séricos de PCRU. **Métodos:** Participaram do estudo idosos com idade igual ou superior a 60 anos, não praticantes de exercício físico há no mínimo 6 meses. Os participantes foram divididos em grupo intervenção (GI, n=41) e grupo controle (GC, n=23). O GI participou do programa de exercício físico multimodal, duas vezes por semana, durante 3 meses. As sessões consistiam em: aquecimento, exercício aeróbico, exercício resistido e alongamento. Nas sessões os participantes tinham a frequência cardíaca monitorada com frequencímetro (Polar Ft 1) para garantir a intensidade moderada do exercício. O GC recebeu orientações e materiais de educação em saúde. Todos os participantes realizaram coleta sanguínea para dosagem dos níveis de PCRU antes e após 3 meses. A análise dos níveis de PCRU foi realizada utilizando o método imunoturbimétrico com partículas marcadas com duas aplicações. A análise estatística foi realizada no programa BioEstat 5.0. Realizou-se teste *Shapiro Wilk* para investigar normalidade e em seguida Teste t para amostras relacionadas ou wilcoxon quando necessário. **Resultados:** Dados de 64 idosos participantes foram incluídos na presente análise, sendo os grupos pareados quanto à idade (GI: 67,39±0,90; GC: 68,52±1,20 anos de idade; p=0,36) e nível de atividade física segundo *International Physical Activity Questionnaire* (IPAQ), (GI: 757,71±143,22; GC: 644,04±150,99 METs/semana; p=0,78). A análise demonstrou que após três meses de intervenção, o GI reduziu significativamente os níveis séricos de PCRU (pré-intervenção: 0,24±0,03; pós-intervenção 0,15 mg/L ±0,01 mg/L; p=0,0007). O grupo controle não apresentou diferenças significativas nos níveis de PCRU (avaliação inicial: 0,39 ± 0,09; avaliação final: 0,40 0,08 mg/L; p=0,39). **Conclusão:** Três meses de exercício físico multimodal, em intensidade moderada, promoveram redução dos níveis de PCRU na população idosa estudada, importante marcador de ICS, podendo contribuir para o controle e prevenção de doenças crônicas não-transmissíveis em idosos.

Palavras-chave: Proteína C reativa ultrasensível; Envelhecimento ativo; Doenças Crônicas não transmissíveis.

EXERCÍCIO FÍSICO E MEMÓRIA VERBAL EM ADULTOS JOVENS SAUDÁVEIS

Patrícia Martins Moraes; Natáli Valim Oliver Bento-Torres; Alessandra Mendonça Tomás.

patriciamartins16@yahoo.com.br.

1 - Programa de Pós-Graduação em Ciências do Movimento Humano, Universidade Federal do Pará (UFPA).
2 - Laboratório de Investigações em Neurodegeneração e Infecção (LNI), Universidade Federal do Pará (UFPA).

Introdução: A literatura apresenta resultados divergentes sobre as possíveis influências do exercício físico na melhoria das funções cognitivas em adultos jovens saudáveis, muitas vezes justificada pelo fato de que adultos jovens estão no auge de seu desempenho em tarefas cognitivas, deixando pouco espaço para melhorias na cognição. **Objetivos:** Investigar possíveis diferenças no desempenho em teste de memória verbal entre jovens adultos praticantes de exercício físico ou sedentários. **Métodos:** Participaram do estudo 16 voluntários exercitados ($24,25 \pm 1,00$ anos de idade; $16,27 \pm 0,00$ anos de estudo) e 18 sedentários ($24,11 \pm 1,00$ anos de idade; $14,94 \pm 1,00$ anos de estudo) pareados por idade e escolaridade ($p > 0,05$). Foram considerados os seguintes critérios de inclusão: praticar exercício físico há, ao menos, 6 meses e, no mínimo, 3 vezes por semana (exercitados) ou não praticar exercício físico há pelo menos 6 meses consecutivos (sedentários); pontuação no Mini Exame do Estado Mental compatível com a escolaridade (BRUCKI *et al*, 2003); não apresentar déficits auditivos e visuais limitantes; não possuir histórico de depressão, alcoolismo crônico, acidente vascular encefálico, trauma crânio encefálico e/ou doenças neurológicas. Os jovens, que se enquadraram nos critérios, foram avaliados por meio de anamnese e dos testes neuropsicológicos da bateria Consortium to Establish a Registry for Alzheimer's Disease (CERAD) (BERTOLUCCI *et al*, 1998) (CAAE nº 858.134/2014). A análise estatística foi realizada utilizando o programa GraphPad Prism, com o teste paramétrico T de Student ou o não paramétrico Mann-Whitney. **Resultados:** Diferenças significativas foram observadas, quando comparados exercitados (E) e sedentários (S), nos testes de Memória da Lista de palavras (fixação da memória verbal) (E: $25,00 \pm 0,61$; S: $21,93 \pm 0,86$; $p < 0,05$) e Evocação da Lista de Palavras (evocação da memória verbal) (E: $8,31 \pm 0,35$; S: $7,22 \pm 0,32$; $p < 0,05$). **Conclusão:** Os resultados do presente estudo indicam que jovens praticantes de exercício físico apresentam melhor desempenho na avaliação da memória verbal, sugerindo benefícios da prática de exercícios físicos.

Palavras-chave: Cognição; CERAD; fixação; evocação.

ESTRESSE E RECUPERAÇÃO EM PERÍODO PRÉ-COMPETITIVO DE LUTADORES DE JIU-JITSU BRASILEIRO

Rita Layse Ferreira Brito; Henrique Gabriel Correa Ribeiro; Victor Silveira Coswig; Eduardo Macedo Penna.

ritalayse@hotmail.com.

Universidade Federal do Pará - Castanhal.

Introdução: O jiu-jitsu é uma arte marcial que tem origem Japonesa, a modalidade é caracterizada por luta de agarre, inicialmente começando com os atletas em pé, porém se desenvolvendo no chão, possuindo movimentos de imobilizações, chaves nas articulações, quedas e estrangulamentos.

Objetivo: Analisar o estresse e a recuperação de atletas de jiu-jitsu em período pré-competitivo utilizando questionário. **Métodos:** Quinze atletas amadores do sexo masculino com idades de 18 até 29 anos, foram avaliados através do questionário RESTQ-76 Sport, de estresse e recuperação para atletas. **Resultados:** Notou-se que os atletas apresentavam-se bem recuperados, visto que, foram analisadas dezenove escalas com médias dos resultados do grupo, limites inferiores e superiores em relação ao estresse geral (estresse geral, estresse emocional, estresse social, conflitos/pressão, fadiga, falta de energia, queixas somáticas); Recuperação geral (sucesso, recuperação social, recuperação física, bem estar geral, qualidade de sono); Estresse esportivo (perturbações nos intervalos, exaustão emocional, lesões) e Recuperação esportiva (estar em forma, aceitação pessoal, auto-eficácia e auto-regulação). O estresse geral com média de (2,10) encontra-se abaixo quando comparado a recuperação geral (3,87) e o estresse competitivo (1,46), apresentou valor menor em relação a recuperação esportiva do grupo (4,38). Os valores maiores de recuperação geral e recuperação esportiva é um indicador de que os atletas estavam recuperados e não apresentaram indicativos de estresse. **Conclusão:** Portanto, os resultados apontam que os atletas coletados não apresentaram indicativos de estresse e estavam bem recuperados, sendo assim um bom indicativo para o desempenho de competidores.

Palavras-chave: RESTQ-76 Sport; competição; psicologia do esporte.



TREINAMENTO CONCORRENTE COMO MÉTODO DE DESENVOLVIMENTO DE FORÇA E MOTRICIDADE GLOBAL EM UM PACIENTE AUTISTA

Andrew Matheus Lameira Sampaio; Mauricio Jhonata Ferreira de Abreu; Arthur Antunes de Moraes Tavares; Janaina de Figueiredo Celestino; Vera Solange Pires Gomes de Sousa; Rodolfo de Azevedo Raiol.

andrewsampaio18@gmail.com

Universidade do Estado do Pará;
Centro Universitário do Estado do Pará.

Introdução: Este estudo descreve o treinamento concorrente no desenvolvimento da força e motricidade global, a partir da sua prática por um paciente com autismo clássico, pelo fato do sujeito com autismo poder desenvolver déficits na motricidade global e fina, além de apresentar problemas de coordenação neuromuscular. **Objetivo:** Analisar os efeitos do treinamento concorrente nos níveis de força muscular e motricidade global no paciente autista clássico. **Métodos:** O estudo foi desenvolvido por meio de análise documental dos prontuários e relatórios semestrais disponibilizados pelo Espaço Terapêutico Amira Figueiras (ARIMA) de 42 sessões (2 sessões semanais) de treinamento concorrente. As sessões consistiam, primeiramente, de treinamento aeróbico calistênico com intensidade entre 5-6 na escala de BORG modificada. Em seguida, era aplicado o treinamento resistido que consistia em 3 séries com 10 a 15 repetições cada e intensidade de 5-6 na escala de OMNI-RES. **Resultados:** Em relação a força muscular, mostram aumentos na força de membros superiores onde o sujeito autista quadruplicou a carga no supino reto passando de 2kg na primeira sessão para 8kg na quadragésima segunda sessão. Em relação a força de membros inferiores, também houve aumentos de força muscular. Inicialmente, o sujeito autista realizava o exercício agachamento apenas com peso corporal na primeira sessão, evoluindo para 6kg de carga adicional na quadragésima segunda sessão. Em relação a Motricidade Global a avaliação se fez através dos prontuários que relataram após as quarenta e duas sessões: “desenvolvimento da coordenação motora global e na propriocepção. Melhora do equilíbrio, velocidade, agilidade e lateralidade”. **Conclusão:** Nossos dados sugerem que o treinamento concorrente se mostrou uma modalidade de treinamento eficiente para melhorar a força muscular e a motricidade global de um sujeito com autismo clássico.

Palavras-chave: Autismo; Treinamento resistido; Treinamento aeróbico; Calistênia.

PILATES SOLO E ESTIMULAÇÃO COGNITIVA: INFLUÊNCIAS SOBRE DESEMPENHO COGNITIVO DE IDOSOS.

Daniel José Fontel da Silva; Juliana Lima Torres; Luiza Pimentel Ericeira; Josilayne Patrícia Ramos Carvalho; Naina Yuki Vieira Jardim; Victor Oliveira da Costa; Natáli Valim Oliver Bento-Torres.

daniel_fontel@hotmail.com

Laboratório de Investigações em Neurodegeneração e Infecção (LNI), Universidade Federal do Pará (UFPA).

Introdução: Segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2012), o número de idosos irá quadruplicar até 2060, chegando a representar quase 27% de toda a população brasileira. Dentre as alterações tipicamente mais incidentes entre os idosos destaca-se a demência, declínio cognitivo e queixas da independência das atividades funcionais. Estratégias preventivas à diminuição da independência funcional e do declínio cognitivo associado à idade em idosos incluem aquelas direcionadas a manutenção das variáveis da aptidão física e estimulação das funções cognitivas, tais como a intervenção por exercícios físicos associado a estimulação cognitiva (estimulação em dupla tarefa) com vistas à independência física e autonomia cognitiva nas atividades de vida diária. **Objetivo:** Avaliar os efeitos de um protocolo de exercício em dupla tarefa no desempenho cognitivo de idosos comunitários. **Método:** Estudo longitudinal em andamento, realizado com idosos comunitários, os quais realizaram protocolo de intervenção em dupla tarefa composto por exercícios físicos (Método Pilates) e estimulação cognitiva concorrente durante 12 semanas, com periodicidade de 2x/semana, 150min/sem. Avaliações pré e pós intervenção incluem a realização da Lista de palavras da bateria CERAD para avaliação das funções cognitivas de memória imediata, evocação tardia e reconhecimento de palavras. Foi realizado o teste de normalidade e teste t student para amostras relacionadas para a análise de possíveis alterações antes e após a intervenção. **Resultados:** Os resultados aqui apresentados são parciais e o estudo encontra-se em andamento. Finalizaram o programa de intervenção 13 participantes e os dados analisados indicam existir influência positiva do programa de intervenção sobre a memória imediata (pré-intervenção: $17,84 \pm 0,76$ pontos; pós-intervenção: $21,61 \pm 0,88$ pontos; $p=0,0001$) e Evocação tardia da memória (pré-intervenção: $4,33 \pm 0,30$; pós-intervenção: $6,25 \pm 0,25$ pontos; $p= 0,001$), mas não para o reconhecimento de palavras (pré-intervenção: $7,84 \pm 0,40$ pontos; pós-intervenção: $8,69 \pm 0,30$ pontos; $p=0,08$). **Conclusão:** O protocolo de exercício físico em dupla tarefa que está sendo empregado no presente estudo parece ser benéfico para a melhoria no desempenho cognitivo de idosos da comunidade. Ressalta-se que o estudo está em andamento e que a associação entre às mudanças das funções cognitivas e físicas é interesse de investigação e encontra-se em andamento.

Palavras-chave: Envelhecimento; Cognição; Exercício; Dupla Tarefa;

EFEITOS DO TREINAMENTO AERÓBIO E RESISTIDO SOBRE O PERFIL LIPÍDICO E HEMOGLOBINA GLICADA DE IDOSOS HIPERTENSOS

Dayanne da Mota Ferreira; João Diogo Monteiro Mesquita; João Gabriel Albuquerque Bastos; Maura Karoline Lima da Silva; Mayko Guimarães Nascimento; Rejane Pequeno; Odilon Abrahin.

dayannemotaf@gmail.com.

UEPA- Universidade do Estado do Pará.

Introdução: A hipertensão arterial sistêmica (HAS) é uma doença idiopática e caracteriza-se por níveis elevados e sustentados da pressão arterial. A atividade física é recomendada pelas principais diretrizes atuais como parâmetro preventivo e como mecanismo somatório ao tratamento farmacológico da hipertensão e de suas ocorrências patológicas. Contudo, são inúmeras as indeterminações a respeito do melhor método de prescrição de treinamento para o controle da pressão arterial e dislipidemia. Além disso, os efeitos que o exercício físico pode trazer para a melhora do perfil lipídico. **Objetivo:** Investigar o efeito de 12 semanas, de um planejamento de exercícios resistidos e aeróbicos sobre fatores bioquímicos de idosos diagnosticados com hipertensão arterial sistêmica. **Métodos:** O estudo foi realizado com uma amostra de 14 indivíduos de ambos os sexos diagnosticados clinicamente com HAS segmentados em dois grupos aleatoriamente (6 pacientes com hipertensão arterial no treinamento aeróbico e 8 no treinamento resistido) submetidos a protocolos distintos de treinamento sendo para o grupo aeróbico: 40 minutos de aeróbio contínuo. E, para o grupo de treinamento de força os seguintes exercícios (2 séries de 6-10 repetições, em dias não consecutivos): supino sentado, remada unilateral, agachamento, panturrilha em pé, mesa flexora e abdominal infra. A avaliação foi realizada por meio da aplicação de testes bioquímicos, antes e após o programa de treinamento. Para a análise estatística utilizou-se o programa SPSS v.21. Para a verificação da normalidade dos resultados utilizou-se o teste de Shapiro-Wilk. O teste ANOVA foi utilizado para comparar as amostras. Considerou-se $P < 0,05$ como estatisticamente significativo. **Resultados:** O treinamento aeróbico demonstrou eficiência na redução do colesterol obtendo os seguintes resultados: antes do protocolo de treinamento (254.16 ± 39.33) e após o protocolo de treinamento (192.66 ± 59.39). Além disso, apresentou redução também nos níveis de LDL obtendo os resultados: antes do protocolo de treinamento (172.66 ± 39.24) e depois do período de treinamento (117.3 ± 52.31). a relação CT/HDL manteve-se estável antes do período de treinamento (4.7 ± 1.8) e após o período de treinamento (4.2 ± 1.3) **Conclusão:** O treinamento aeróbico apresentou melhor desempenho na redução dos níveis de colesterol e de LDL e manteve a relação CT/HDL estável.

Palavra-chave: Hipertensão, Dislipidemia, Idosos, Treinamento de força, Exercício aeróbio.

EFEITOS DA FISIOTERAPIA NA DOR E NA QUALIDADE DE VIDA DE PACIENTES COM QUEIMADURAS DE MEMBROS INFERIORES

Anderson Antunes da Costa Moraes^{1,2}; Manuela Brito Duarte¹; Gizele Cristina da Silva Almeida¹; Alex Tadeu Viana da Cruz Júnior¹; Bianca Callegari¹.

antunesanderson@hotmail.com.

- 1- Universidade Federal do Pará;
- 2- Hospital Metropolitano de Urgência e Emergência

Introdução: As queimaduras são consideradas problemas de saúde pública no Brasil e no mundo devido a sua alta incidência, morbidade e mortalidade, além da elevada onerosidade ao sistema de saúde pública. Apesar dos avanços no tratamento dos pacientes queimados, as sequelas resultantes desse tipo de injúria ainda são bastante prevalentes, levando a um comprometimento considerável da funcionalidade e da qualidade de vida das vítimas (RYBARCZYK et al., 2016). **Objetivo:** analisar os efeitos da Fisioterapia na dor e na qualidade de vida de pacientes com queimaduras de membros inferiores. **Métodos:** participaram da pesquisa 9 indivíduos de ambos os sexos atendidos no serviço de Reabilitação Ambulatorial de um hospital referência em trauma do norte do país, que apresentavam queimaduras de membros inferiores, incluindo quadril, coxa, pernas, tornozelos e pés. Os participantes receberam um total de 40 atendimentos, 3 vezes na semana com cinesioterapia, mecanoterapia, alongamentos, treino de marcha e equilíbrio. Para verificar a dor e a qualidade de vida no pré e pós tratamento, foram utilizados, respectivamente: a Escala Visual Analógica de Dor (EVA) e a versão brasileira do *Short-Form Health Survey* (SF-36). Para análise dos dados utilizou-se o teste de Shapiro-Wilk para normalidade dos dados e o Teste t de Student para comparação da qualidade de vida pré e pós tratamento, e o teste de Wilcoxon para comparação da dor devido distribuição não normal. Considerou-se $\alpha < 0,05\%$. **Resultados:** a amostra compreendeu 5 (55,5%) indivíduos do sexo masculino e 4 (44,5%) do sexo feminino, com idade média de $40,6 \pm 10,5$, e superfície corporal queimada de $24,4\% \pm 10,5$. O principal agente da queimadura foi a descarga elétrica, acometendo 4 (44,5%) indivíduos, seguido de gás butano e líquido aquecido, 2 (22,22%) acidentes cada; e tiner com 1 (11,11%). No que se refere à dor, verificou-se diminuição estatisticamente significativa entre o pré, $5,5 \pm 1,6$, e o pós tratamento, $1,6 \pm 1,5$, $p=0,007$. no que tange aos domínios do SF-36, verificou-se melhora estatisticamente significativa das médias pré e pós em todos os domínios do questionário: capacidade funcional, $55,4 \pm 15,11$ e $73,3 \pm 15$ ($p=0,002$); aspectos físicos, $41,4 \pm 23$ e $62,22 \pm 19,7$ ($p=0,02$); dor, $34,22 \pm 16,8$ e $74,50 \pm 11,74$ ($p=0,0001$); estado geral de saúde, $49,61 \pm 16,6$ e $71,72 \pm 14,84$ ($p=0,0001$); vitalidade, $55,11 \pm 12,14$ e $68,33 \pm 12,50$ ($p=0,0001$); aspectos sociais, $42,38 \pm 13,16$ e $59 \pm 13,65$ ($p=0,001$); aspectos emocionais, $48,38 \pm 13,16$ e $64,72 \pm 12,12$ ($p=0,0001$); e saúde mental, $56,16 \pm 19$ e $78,61 \pm 11,06$ ($p=0,0007$). **Conclusão:** o tratamento fisioterapêutico diminuiu a dor e aumentou a qualidade de vida de pacientes com queimaduras de membros inferiores

Palavras-chave: Reabilitação; Queimados; Tratamento

O GÊNERO MODULA A PERCEPÇÃO DE LEIS MOTORAS: EXEMPLO DA LEI DE POTÊNCIA 2/3

Isabella Rolo Sarrazin^{1,3}; Natale Stucchi²; Lisa Scocchia²; Ghislain Saunier^{1,3}.

fisioisabellarrazin@gmail.com,

1 - Programa de Pós-Graduação em Ciências do Movimento Humano, Universidade Federal do Pará, Belém-Pará, Brasil;

2 - Universidade de Milano Bicocca, Milano, Itália;

3 - Laboratório de Cognição Motora, Departamento de Anatomia, Universidade Federal do Pará, Belém-Pará, Brasil.

Introdução: A percepção visual do movimento humano recruta não somente áreas corticais visuais, mas também o sistema motor, ativando o córtex pré-motor e o lóbulo parietal, formando uma rede cortical de interação percepção-ação (RPA). A lei de potência 2/3 fornece um exemplo robusto desta RPA. Esta lei motora descreve a covariação existente entre a velocidade do movimento e sua geometria através da seguinte equação: $A(t) = KC(t)^{1-\beta}$ onde A é a velocidade angular, C é a curvatura no tempo t , K é uma constante (fator de ganho). Quando o expoente β está próximo de 1/3, a velocidade do movimento respeita a lei de potência 2/3, a qual caracteriza os movimentos humanos curvilíneos. Interessantemente, foi observado que um movimento curvilíneo é percebido como uniforme quando sua velocidade respeita esta lei cinemática de produção do movimento, acompanhando-se de um recrutamento da RPA. Além disso, evidências neurofisiológicas sugerem uma modulação da RPA durante a percepção do movimento humano decorrente do gênero do observador. **Objetivo:** Investigar se o gênero modula a percepção de movimento respeitando a lei de potência 2/3, o que poderiam ser um dos fatores explicando o efeito de gênero na RPA durante a percepção visual do movimento humano. **Método(s):** Um total de 40 indivíduos saudáveis, vinte mulheres (média de idade $20,85 \pm 3,91$ anos) e vinte homens (média de idade $21,3 \pm 4,58$ anos), foram convidados a modular a velocidade de um ponto (aumentar ou diminuir o valor β) percorrendo uma trajetória elíptica até que julgassem a velocidade como uniforme ao longo de toda a trajetória. Os participantes registram as suas respostas apertando a barra de espaço. Os valores de β foram comparados utilizando uma ANOVA com medidas repetidas (nível de significância $p < 0,05$). O post-hoc de Tukey foi empregado em caso de efeito significativo. **Resultados:** Observamos um efeito de gênero na percepção da velocidade do ponto luminoso como sendo uniforme ($F(1,38) = 7,085$, $p = 0,011$). O grupo masculino registrou um valor de β ($0,294 \pm 0,041$) mais próximo do valor de β que caracteriza a lei de potência 2/3 (0,33) que o grupo feminino ($0,26 \pm 0,039$). **Conclusão:** Evidenciou-se que a sensibilidade ao processamento das características cinemáticas humanas, como a lei de potência 2/3, é dependente do gênero do observador. Sugerimos que diferenças sutis no repertório motor dos homens e mulheres podem explicar o presente efeito de gênero.

Palavras-chave: Interação percepção-ação; sexo; invariante cinemática.

DESCRIÇÃO CLÍNICA DE PACIENTE COM SEQUELAS DE ACIDENTE VASCULAR CEREBRAL RARO ASSOCIADO À SÍNDROME DE WEBER: RELATO DE CASO

Lucas Meireles Matos; Breno Caldas Ribeiro; Márcia Goretti Guimarães de Moraes.

meireles.fisioterapia@outlook.com.

Universidade do Estado do Pará, setor de Fisioterapia Neurofuncional do Centro de Reabilitação Especializada (CER II/ UEPA).

Introdução: O Acidente Vascular Cerebral (AVC) ocorre por alterações súbitas na irrigação sanguínea dos vasos que preenchem o tecido do cérebro. Ocorrem de duas formas: por oclusão de vasos sanguíneos, denominado de AVC isquêmico, ou AVC hemorrágico que ocorre através da ruptura dos vasos, seja pela presença de aneurismas ou malformações arteriovenosas. Dentre os casos mais comuns de AVC destacam-se aqueles que acometem a artéria cerebral média, cujo indivíduo apresenta quadros de comprometimentos motor e cognitivo; porém, em raros os casos o AVC pode ocorrer em outras regiões. Neste relato de caso, destaca-se uma lesão alternada, conhecida como Síndrome de Weber, desencadeada por um AVC isquêmico na artéria cerebral basilar afetando o terceiro par de nervos cranianos (oculomotor) além de hemiparkinsonismo e ataxia. **Objetivos:** relatar caso clínico raro relacionado às manifestações do AVC com síndrome alternada de Weber em paciente admitida no setor de fisioterapia da Universidade do Estado do Pará. **Métodos:** trata-se de um relato de caso elaborado no Ambulatório de Fisioterapia Neurofuncional do Centro Especializado em Reabilitação (CER II/UEPA), por meio do estágio curricular obrigatório do curso de fisioterapia. Após a assinatura do Termo de Consentimento Livre Esclarecido da Instituição e da paciente, foram coletados dados prévios sobre a avaliação médica e fisioterapêutica desde o ocorrido até a admissão no setor. **Resultados:** Paciente AAS, de 57 anos, sexo feminino, ex-tabagista, histórico familiar presente para AVC, com recorrentes casos de estresses atenuantes. Ingressou ao serviço de emergência do Pronto Socorro Mario Pinotti, em Belém do Pará no dia 25/08/ 2018 após ter súbito momento de estresse por fatores familiares. Chegou à emergência com hemiplegia à direita, dislalia e rebaixamento do nível de consciência. Na tomografia computadorizada apresentou microangiopatias em substância branca periventricular, e discretas placas de ateromas calcificadas em ramos de artérias vertebrais. Na Angiorressonância arterial intracraniana identificaram-se ectasias no ramo inferior da artéria basilar e infarto lacunar hemorrágico antigo no pedúnculo cerebral esquerdo do mesencéfalo. O diagnóstico clínico foi de AVC isquêmico em artéria cerebral basilar, demonstrando sinais de: hemiplegia faciobraquiocrural contra lateral, paralisia do Oculomotor, hemianopsia, hemiparkinsonismo, bradicinesia, espasticidade plástica, além de ataxia. Na avaliação fisioterapêutica apresentava-se com marcha dependente, alteração de equilíbrio, sensibilidade profunda discriminativa, e dislalia, evoluindo para hemiparesia à direita, alteração de postura, hipotrofia em músculos gastrocnêmios, com marcha atáxica. **Conclusão:** a avaliação de caso faz-se necessária para traçar metas e estratégias de tratamento para os pacientes, garantindo uma reabilitação eficaz.

Palavras – Chave: Fisioterapia; Neurologia; Reabilitação Neurológica; Técnicas de Diagnóstico Neurológico

AVALIAÇÃO DOS ASPECTOS MOTORES DE EXPERIÊNCIAS DE VIDA DIÁRIA DE PACIENTES COM DOENÇA DE PARKINSON

Larissa Cardoso Ferreira; Bárbara Barros de Brito; Jessica Alves de Figueiredo; Karem Harumy Yamamoto Santana; Lorena Henriete Araújo Dias; Maria Vitória Oliveira da Silva; Miguel Paranhos Melo de Melo; Nathália Thalita Corrêa Miranda; Alna Carolina Mendes Paranhos; Lidiane Palheta Miranda dos Santos.

lariscardosof@gmail.com.

Universidade do Estado do Pará (UEPA)

Introdução: A doença de Parkinson (DP) é uma patologia neurodegenerativa caracterizada pela morte de neurônios dopaminérgicos localizados na substância negra do mesencéfalo. Os principais sintomas são tremor em repouso, rigidez, bradicinesia, instabilidade postural, alterações de equilíbrio e marcha. A Escala Unificada de Avaliação da Doença de Parkinson (UPDRS) é um importante instrumento de avaliação funcional desta população que avalia dentre outros itens a independência nas Atividades de Vida Diária (AVD). **Objetivo:** Avaliar as repercussões motoras da doença de Parkinson na execução das AVD de pacientes com DP. **Método:** Estudo do tipo quantitativo-descritivo com análise quantitativa da parte II da UPDRS em um grupo de pacientes diagnosticados com DP e acompanhados em um projeto de extensão da Universidade do estado do Pará. A parte II da Escala corresponde aos aspectos motores de experiências da vida diária incluindo 13 itens, cada item possui pontuação de 0 a 4, o valor mais elevado indicando maior comprometimento pela doença e o mínimo indicando normalidade. **Resultados:** Foram quantificados dados dos protocolos da UPDRS de 21 pacientes, sendo 12 do sexo masculino e 9 do sexo feminino. Desta amostra, referiram comprometimento discreto na marcha e equilíbrio 52,4% (n=11); dificuldade na higiene 47,6% (n=10); comprometimento discreto para vestir-se e na escrita 42,8% (n=9), em virar-se na cama 33,3% (n=7) e no bloqueio da marcha 28,6% (n=6). Além disso, 33,3% (n=7) dos pacientes referiram comprometimento ligeiro, para sair da cama, do carro ou de uma cadeira baixa; 28,6% (n=6) com comprometimento ligeiro na fala; 23,8% (n=5) no controle da saliva e baba e 19% (n=4) na execução de tarefas para comer. **Conclusão:** Os resultados evidenciam o impacto negativo dos sintomas motores da DP na independência nas AVD desta população sendo o UPDRS um instrumento importante para avaliação e elaboração de planos de intervenção pela equipe de reabilitação, em especial, os terapeutas ocupacionais.

Palavras-chave: Avaliação; Autonomia pessoal; Terapia Ocupacional.

ATUAÇÃO DA FISIOTERAPIA EM PACIENTE COM CERVICOBRAQUIALGIA - UM ESTUDO DE CASO

Janine Brasil de Araújo Moraes; Cássia Oliveira Cabral da Paz; Andréa de Cássia Lima Guimarães; José Augusto Bastos Acácio.

jani.brasil.jb@gmail.com.

Universidade do Estado do Pará (UEPA).

Introdução: A cervicobraquialgia é uma condição clínica caracterizada por dor cervical e sintomas radiculares na extremidade superior ipsilateral resultante de compressão das raízes nervosas cervicais; as principais causas são as herniações discais e osteófitos ósseos CHILDRESS; BECKER, 2016). Os sintomas são responsáveis pela mudança dramática no estilo de vida, dependência de medicamentos, isolamento social. Deste modo a fisioterapia desempenha função importante no tratamento destes pacientes, pois visa reduzir quadro algico, recuperar a mobilidade, fortalecer a musculatura, proporcionando, melhor qualidade de vida e retorno às atividades de vida diária (BORGES et al., 2013; KJAER et al., 2017; AQUAROLI et al., 2016). **Objetivos:** Descrever a experiência do tratamento fisioterapêutico e sua evolução em paciente com Cervicobraquialgia. **Método:** Trata-se de um relato de experiência do estágio curricular do 5º ano do curso de Fisioterapia. O diagnóstico clínico é cervicobraquialgia, CID: M53.1, sexo feminino, 51 anos. Na avaliação fisioterapêutica, queixa-se de dores na cervical, com irradiação para o Membro Superior Esquerdo (MSE), com início há 3 anos. No Raio-X: presença de osteófitos anteriores e posteriores, soldura dos corpos vertebrais em C5-C6. Tem-se o diagnóstico fisioterapêutico de limitação funcional da coluna cervical e do MSE com quadro algico moderado (EVA=5). Foi aplicado Índice de Incapacidade Relacionada ao Pescoço (*Neck Disability Index*), obtendo um score inicial de 14 pontos, índice de incapacidade bem relevante de 28%. Os objetivos terapêuticos foram: descomprimir o tronco nervoso, reduzir o quadro algico e inflamatório, aumentar a amplitude de movimento (ADM) e o desempenho muscular. **Resultados:** Submetida a 10 sessões de Fisioterapia, com conduta inicial de tração cervical intermitente, liberação e inibição miofascial na musculatura extensora da cervical, alongamentos passivos dos movimentos cervicais e diatermia por ondas curtas, modo pulsado. Da 4ª a 10ª sessão, feito: alongamentos cervicais passivos, assistidos e progredindo para ativos, laser pontual 3J/cm nas regiões dolorosas; mobilização neural do tronco nervoso ao nível da compressão; mobilização neural ativa do plexo braquial em diferentes posições. Incluídos exercícios de estabilização segmentar. Ao final das 10 sessões, reaplicado o *Neck Disability Index* e realizada a reavaliação. Quanto ao índice resultou score final de 40 pontos, 80%, significativa melhora da funcionalidade. Na reavaliação, obteve-se melhora da dor e da limitação funcional da coluna cervical e do MSE, ganho de força, ADM e melhor desempenho muscular. **Conclusão:** Diante disso, conclui-se que os métodos e técnicas utilizados resultaram em melhora do quadro clínico e cinético funcional de maneira significativa.

Palavras-chave: Radiculopatia; Cervicalgia; Reabilitação.

ATENDIMENTO FISIOTERAPÊUTICO EM UM ATLETA DE UM TIME MASCULINO DE VÔLEI EM BELÉM/PA: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Hélade Beatriz Farias Figueiredo; Marta Caroline Araújo da Paixão; Caroline Prudente Dias; Daniel Bibas Quintanilha Bibas; George Alberto da Silva Dias.

heladebff@gmail.com.

Universidade do Estado do Pará (UEPA).
Universidade Maurício de Nassau.

Introdução: A contratura caracteriza-se como uma contração residual/involuntária, permanente mesmo sem potencial de ação (FREITAS, et al., 2015). Causada por contração vigorosa e/ou musculatura não alongada. Revela-se com dor localizada, aumentando com contração e alongamento, repercutindo negativamente nos esportes (PRETINCE, 2002). A fisioterapia desportiva atua na prevenção e tratamento, objetiva-se rápido restabelecimento do atleta a sua função e melhor desempenho (SANTOS e GREGUOL, 2016). **Objetivo:** Apresentar o protocolo de tratamento fisioterapêutico em um atleta de vôlei. **Método:** Trata-se de um relato de experiência realizado no segundo semestre de 2019 na Clínica Cabanagem por um estagiário de Fisioterapia sob orientação de um Fisioterapeuta. Executou-se avaliação e intervenção duas vezes por semana a um atleta do time de vôlei do Paysandu. A patologia foi uma contratura de bíceps braquial persistente há 4 meses. Constatou-se força grau 3 na Escala de Oxford, dor ao alongamento, flexão de cotovelo e palpação. Nenhuma alteração foi apontada na ultrassonografia. **Resultados:** O protocolo de tratamento visou redução da contratura e prevenção de lesões. Inicialmente foi utilizado o ultrassom para acelerar o reparo tecidual. Seguidamente, realizou-se liberação miofascial com ventosaterapia, aumentando a lubrificação miofascial reduzindo aderências. Ademais, realizou-se alongamento passivo de membro superior (MS), segundo Nascimento e Takanashi (2012) alongamentos aumentam o desempenho do atleta, pois gera aumento da eficiência e diminui gasto energético. Além disso, explorou-se a estimulação do acupontos com digitopressão em TA5 (meridiano passa em bíceps) e F3 (referente ao fígado, age nos tendões e inflamação) e ventosa no ponto T8 (muscular) da reflexologia vertebral. Finalizando com exercícios isométricos e isotônicos, mimetizando o gesto esportivo com assistência de faixa elástica, halteres e bola suíça. Foram trabalhados exercícios para MS e abdômen, pois segundo SHINKLE et al., 2012, o tronco estável acarreta em maior desempenho dos membros, gerando melhor transferência de força durante o movimento. O propósito fora prevenir lesões, estimulando a estabilidade escapular e fortalecimento do MS. **Conclusão:** Infere-se a importância da fisioterapia desportiva voltada para atletas no que diz respeito ao tratamento e prevenção de lesões esportivas. Com 2 meses de atendimento, paciente relatou redução da dor durante o gesto esportivo e a palpação, ausência de dor durante o alongamento e ganho de força de bíceps braquial. Ressaltam-se os benefícios do acompanhamento fisioterapêutico a atletas. Haja vista que este pôde tratar-se da lesão concomitantemente aos treinos, evitando o afastamento de sua atividade esportiva e redução de sua capacidade funcional.

Palavras-chave: Terapia por exercício; Lesão no esporte; Técnicas da fisioterapia.

PLANO TERAPÊUTICO NEUROFUNCIONAL DE PACIENTE COM



SEQUELAS DE TRAUMATISMO CRANIOENCEFÁLICO GRAVE: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Breno Caldas Ribeiro; Lucas Meireles Matos; Márcia Goretti Guimarães de Moraes.

bcaldas1.9@gmail.com.

Universidade do Estado do Pará (UEPA)

Introdução: Segundo a resolução nº 414/12 do Conselho Federal de Fisioterapia e Terapia Ocupacional (COFFITO), compete ao profissional fisioterapeuta, a partir dos achados da avaliação, o desenvolvimento do plano terapêutico que condiz a descrição dos procedimentos inerentes à profissão relatando os recursos, métodos e técnicas a serem utilizadas e objetivos terapêuticos a serem alcançados, além do quantitativo provável do atendimento (COFFITO, 2012). **Objetivo(s):** Relatar o desenvolvimento de um plano terapêutico fisioterapêutico neurofuncional de um paciente adulto com sequelas decorrente de traumatismo cranioencefálico (TCE). **Método(s):** Este é um relato de experiência desenvolvido durante a prática acadêmica em estágio supervisionado obrigatório ambulatorial de Fisioterapia Neurofuncional Adulto, do curso de fisioterapia da Universidade do Estado do Pará (UEPA). Indivíduo do sexo masculino, 37 anos, solteiro, aposentado por invalidez, cor branca, passou por avaliação fisioterapêutica na Unidade de Assistência em Fisioterapia e Terapia Ocupacional (UEAFTO) no ano de 2019 em decorrência de sequelas de TCE grave em fase crônica, após acidente automobilístico. Após avaliação foi constatado o seguinte diagnóstico fisioterapêutico: hemiparesia à direita associado a déficit de força de membro superior e inferior direitos, com predomínio crural, alteração de equilíbrio dinâmico e apraxia de marcha. A partir dos dados obtidos pela avaliação foi desenvolvido o plano terapêutico. **Resultados:** Os objetivos foram: 1) melhorar mobilidade de tornozelo direito, tronco, cintura escapular e pélvica; 2) aumentar força muscular de membros superiores e inferiores (MMSS e MMII, respectivamente); 3) aumentar amplitude de movimento de MMSS e MMII; 4) melhorar equilíbrio estático e dinâmico. Os métodos, técnicas e condutas foram baseados na literatura e realidade do ambulatório (ALMEIDA et al., 2012) e que foram correlacionados com os números supracitados: 1) alongamentos passivos de MMSS e MMII; dissociação de cintura escapular e pélvica; cinesioterapia ativo de tronco; mobilização articular de cintura escapular e tornozelo; princípios de facilitação neuromuscular proprioceptiva para cintura escapular e pélvica; 2) cinesioterapia ativa livre em cadeia cinética aberta e/ou fechada, com exercícios isotônicos e/ou isométricos; bicicleta ergométrica; subir e descer escadas; 3) cinesioterapia ativo resistida de MMSS e MMII; treino de mobilidade de MMSS em polia; treino de transferências posturais; 4) treino em disco proprioceptivo em apoio unipodal ou bipodal; treino em cama elástica; treino de marcha em superfície instável. **Conclusão:** O plano terapêutico reforça o enfoque na individualização do atendimento e direcionamento com base em sua real necessidade do paciente, a partir de uma visão que compreenda sua complexidade.

Palavras-chave: Reabilitação; Fisioterapia; Técnicas de Fisioterapia.

EFEITO DE UMA SESSÃO DE TREINO CONCORRENTE SOBRE A MEMÓRIA DE TRABALHO VISUO-ESPACIAL DE CURTO PRAZO EM IDOSOS HIPERTENSOS.

Hevellem Lima de Souza; Cleberson Alexandre Ferreira Santos; Renan Wallace Guimarães da Rocha; Alexandre Maia de Farias.

hevellem@gmail.com

Universidade do Estado do Pará

Introdução: A hipertensão arterial sistêmica (HAS) é um fator de risco cardiovascular e está relacionada a disfunções cerebrovasculares associados a declínios neurofuncionais, incluindo pior desempenho cognitivo em adultos (LERNER e KANNEL, 1896; ELIAS et al, 2004), o que acarreta prejuízos na realização das atividades cotidianas (DI NUCCI, 2010). **Objetivo:** Verificar qual o efeito agudo do treinamento concorrente (TC) na memória de trabalho visuo-espacial de curto prazo em idosos hipertensos. **Método:** 7 indivíduos fisicamente ativos, tendo 5 participantes do sexo masculino e 2 do sexo feminino, considerados iniciantes para o TC, com média de idade $63,16 \pm 5$ anos, foram submetidos a uma sessão TC. Antes de iniciar a intervenção do treinamento, esses indivíduos tiveram a pressão arterial (PA) aferida para verificar se a PA estava alterada além das suas condições normais para cada indivíduo, logo em seguida eles foram avaliados no teste de Blocos de Corsi, logo após foi iniciado o TC com o tempo total da sessão de 40 minutos, com o seguinte protocolo: 12 minutos em uma bicicleta ergométrica, com a percepção subjetiva de esforço associada a uma intensidade: “ligeiramente cansativa”. O treinamento de força foi realizado da seguinte forma: 3 séries de 12 repetições submáximas a 75% de 1RM compostos pelos exercícios de supino inclinado, leg press45, abdominal, tração frontal, desenvolvimento e agachamento abduzido, com 4 minutos de aeróbico no início, meio e fim da sessão de treinamento com tempo de intervalo de descanso de 1 minuto entre as séries de cada exercício. Para a análise estatística foi utilizado o teste t de student. **Resultados:** A pontuação média de acertos no teste de Blocos de Corsi pré $5,4 \pm 3$ e a pontuação média pós $7,5 \pm 1$, na análise estatística mostraram melhora significativa entre as medidas (6%; $p < 0.05$). **Conclusão:** Uma única sessão de TC foi capaz de promover uma melhora na memória de trabalho em idosos hipertensos.

Palavras chaves: Treinamento combinado; hipertensão; cognição.

PERFIL DE ATIVIDADE FÍSICA DOS IDOSOS DA REGIÃO METROPOLITANA DE BELÉM-PA.

Elaine Miyuka Sato¹; Jéssica Cristina Santos de Assis¹; Paulo Renan Farias Furtado¹; Bianca Callegari¹; Maurício Oliveira Magalhães¹; Amélia Pasqual Marques².

miyukasato@hotmail.com

1 - Universidade Federal do Pará (UFPA), Belém-PA;

2 - Universidade de São Paulo (USP), São Paulo-SP.

Introdução: O envelhecimento de sucesso compreende diversos fatores biopsicossociais como, por exemplo, a ausência de doenças crônicas, saúde física e mental, independência funcional e boa capacidade cognitiva. Segundo Gopinath *et al* (2018) a prática de atividades físicas moderadas e vigorosas estão associadas a maiores chances de envelhecer com sucesso. Entretanto, estudos como o de Ribeiro *et al* (2016) têm demonstrado alta prevalência de inatividade física entre idosos e sua associação com fatores como idade elevada, baixa escolaridade, presença de outras comorbidades, destacando-se a necessidade do conhecimento do perfil populacional, a fim de aprimorar as estratégias de intervenção precoce. **Objetivo:** Conhecer o perfil populacional dos idosos da região metropolitana de Belém-PA e seus níveis de atividade física. **Metodologia:** A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética e Pesquisa CAAE 56709716.5.1001.0065. Os participantes que concordaram em participar assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, totalizando 512 indivíduos. Foram incluídos indivíduos acima de 60 anos, não institucionalizados, que responderam um questionário sobre dados pessoais, incluindo o nível de atividade física estratificando em sedentário (menos de 10 minutos contínuos), insuficientemente ativo (atividades leves de 10 minutos em 5 dias da semana), ativo (atividades moderadas com duração superior a 20 minutos, 3 a 5 dias por semana) e muito ativo (atividades vigorosas com duração superior a 30 minutos, por mais que 5 dias na semana). As variáveis quantitativas foram descritas pela média e desvio padrão, as variáveis qualitativas pela frequência absoluta e porcentagem. **Resultados:** Dos 512 participantes, 357 (69,7%) eram mulheres, idade média de $70,3 \pm 7,4$, IMC $26,08 \pm 4,17$, onde 221 (43,2%) apresentavam HAS e 121 (23,6%) DM. O grau de escolaridade encontrado, em anos de estudo, foi de 145 (28,3%) de 0-4 anos, 80 (15,6%) de 5-8 anos, 192 (37,5%) 9-11 anos e 95 (18,6%) <11. Quanto a renda, observou-se a seguinte distribuição: 319 (62,3%) sem renda ou classe E, 165 (32,2%) classe D ou C e 28 (5,5%) classe B ou A. O nível de atividade física foi de 198 (38,7%) sedentários, 100 (19,5%) insuficientemente ativos, 172 (33,6%) ativos e 42 (8,2%) muito ativo. **Conclusão:** Observou-se que a população de idosos da região metropolitana de Belém é constituída em sua maioria por idoso pouco ativos, apresentando alta prevalência de fatores associados a inatividade física e consequentemente risco ao envelhecimento sem sucesso, destacando-se a importância deste estudo para o incentivo à criação e implementação de políticas públicas voltadas ao envelhecimento ativo.

Palavras chaves: envelhecimento, idoso, inatividade.

RESPOSTAS IMUNOLÓGICAS AO TREINAMENTO RESISTIDO DE ALTA INTENSIDADE (HIRT)

Antenor Barbosa Calandrini De Azevedo¹; Deivison Soares Meninea¹; Arthur Pinto Magno¹; Edna Cristina Santos Franco^{2,3,4}; Anísio De Jesus Da Cruz Lima²; Victor Silveira Coswig¹.

antenorcalandrini@gmail.com

1. Faculdade de Educação Física, Universidade Federal do Pará campus-Castanhal
2. Instituto de Pesquisa Evandro Chagas
3. Faculdade de Educação Física, Universidade da Amazônia
4. Universidade Federal do Pará campus-castanhal-programa de pós-graduação em treinamento esportivo

Introdução: o Treinamento Resistido (TR) é eficaz para gerar benefícios em relação à aptidão física, desempenho e a saúde. Entretanto, novas configurações do TR vêm se estabelecendo durante os anos, dentre os quais encontra-se o rest-pause caracterizado por possuir alta intensidade através de cargas elevadas (>80% de 1 RM) números de séries e repetições reduzidos seguidos de pausas de 20-30 segundos. Por outro lado, é de fundamental importância apurar os efeitos deste método no sistema imunológico para evitar sobrecarga de treinamento e prejuízos à saúde. **Objetivo:** investigar o efeito do Treinamento Resistido de Alta Intensidade (HIRT) em comparação ao Treinamento Resistido Tradicional (TRT) nas respostas do sistema imunológico. **Método:** o presente estudo teve como delineamento experimental ser cross over, além disso, fizeram parte 12 indivíduos fisicamente ativos, no qual realizaram o método HIRT ou TRT e análises sanguíneas nos momentos PRÉ, PÓS, 24h e 48h. Adicionalmente, foram analisadas respostas em relação a Neutrófilos, Basófilos, Linfócitos, Monócitos e Eosinófilos. O método HIRT foi definido por 6/2-3/2-3 repetições seguidos de intervalos de descanso de 20s/20s/2:30 min entre repetições e exercícios, adicionalmente foi utilizado 2 séries para cada exercício. Já o TRT foi composto por 8-12 repetições, pausas entre 2-3 min e 3 séries para cada exercício. Ambos os protocolos obtiveram o volume de treinamento equalizado através da fórmula (Séries x Repetições x 85-95 %6RM), além de serem selecionados os mesmos exercícios para os procedimentos (Leg Press 45°, Supino Reto, Remada Frontal). Para as comparações entre momentos (PRÉ-PÓS), (PÓS-24h) e (24h-48h) foi aplicada Análise de Variância (ANOVA) para medidas repetidas e, quando adequado, as diferenças foram testadas por meio do *post-hoc* de *Bonferroni*. **Resultados:** não foram encontrados interações entre protocolos para Neutrófilos (F=0,18; p=0,69; $\eta^2=0,01$), Basófilos (F=0,34; p=0,57; $\eta^2=0,03$), Linfócitos (F=0,16; p=0,69; $\eta^2=0,01$), Monócitos (F=0,06; p=0,80; $\eta^2=0,006$) e Eosinófilos (F=1,91; p=0,19; $\eta^2=0,01$). **Conclusão:** o HIRT induz respostas semelhantes em relação ao TRT no sistema imunológico.

Palavras-Chave: Treinamento Resistido; Alta Intensidade; Sistema Imunológico.

EFEITOS DE UM PROGRAMA DE TREINAMENTO FÍSICO MULTICOMPONENTE SOBRE INDICADORES DE SAÚDE FÍSICA E MENTAL DE MULHERES IDOSAS

Alan Pantoja Cardoso; Zainovan Pereira Serrão; Elenir Campelo Gomes; Tiago de Souza Torquato; Doriedson Barbosa Lopes júnior; Claudio Joaquin Borba Pinheiro.

alan_pantoja1996@hotmail.com.

Universidade do Estado do Pará – Tucuruí/Campus XIII

Introdução: o envelhecimento é um processo natural, onde há o declínio de múltiplas variáveis de saúde, podendo ocasionar patologias que os debilitam, prejudicando a autonomia funcional, estado mental, força muscular, entre outros. **Objetivo:** analisar o efeito de um programa de treinamento físico multicomponente sobre autonomia funcional, força, composição corporal, capacidade cognitiva e índice glicêmico de mulheres idosas. **Métodos:** Treze mulheres ($61.0 \pm 6,0$ anos) que treinaram quatro vezes na semana durante três meses, sendo dois dias na semana (segunda e quinta) de treinamento resistido ondulatório, composto por 10 exercícios que no primeiro ciclo (50%–80%–65%) de 15-20/8-10/12-15 repetições, segundo ciclo (55%–85%–70%) de 15-20/8-10/12-15 repetições, terceiro ciclo (60%–90%–75%) de 15-18/6-8/10-12 repetições, 3 séries em todos os ciclos e porcentagens de 1RM. Os outros dias eram de exercícios funcionais compostos por oito exercícios que levam em conta (agilidade, força para membros superiores e inferiores e core) e treinos de quedas (judô adaptado), a intensidade foi medida de acordo com a escala de (OMNI-GSE) de Silva-Grigoletto et al., (2013). Os instrumentos de avaliação foram: o protocolo de autonomia funcional (GDLAM), Mini Questionário de Estado Mental (MEEM), teste de Predição de 1RM, índice glicêmico (IG), Índice de Massa Corporal (IMC), Índice de Relação Cintura Quadril (IRCQ). Foi usado o teste de t student ou Wilcoxon de acordo com a distribuição normal dos dados. O nível de significância adotado foi de $p < 0,05$. **Resultados:** Os testes de GDLAM, MEEM, e Predição de 1RM houve melhoras significativas. No teste de GDLAM do pré-teste $29,1 \pm 6,0$ para pós $22,9 \pm 2,5$ ($\Delta\% = -26,47\%$; $P = 0,0006$), no MEEM no pré-teste foi $24,6 \pm 2,06$ e no pós $26,0 \pm 2,4$ ($\Delta\% = 5\%$; $P = 0,03$), para Predição de 1RM foi analisado os seguintes exercícios; supino reto pré $23,4 \pm 6,6$ e pós $29,4 \pm 6,3$ ($\Delta\% = 20,01\%$; $P = 0,004$), remada baixa pré $35,1 \pm 8,5$ e pós $45,3 \pm 6,2$ ($\Delta\% = 22,71\%$; $P = < 0,0001$), leg press 45° pré $136,8 \pm 47,0$ e pós $218,3 \pm 40,9$ ($\Delta\% = 36,49\%$; $P = 0,001$), Puxada frontal pré $29,92 \pm 9,52$ e no pós $38,1 \pm 3,9$ e na cadeira extensora pré $41,0 \pm 7,7$ e no pós $59,1 \pm 9,8$ ($\Delta\% = 29,76\%$; $P = < 0,001$), mesa flexora pré $14,8 \pm 5,9$ e no pós $17,0 \pm 4,8$ ($\Delta\% = 14,42\%$; $P = 0,01$) **Conclusão:** os resultados sugerem que o programa de treinamento físico multicomponente quatro vezes na semana, durante 12 semanas pode ser eficaz para melhorar autonomia funcional, força muscular, função cognitiva das idosas estudadas, no que se refere ao IMC, IRCQ e IG não verificou-se melhoras significativas.

Palavras-chave: Idoso; Exercício físico; Autonomia Pessoal; Força Muscular; Cognição.

O EFEITO DO TREINAMENTO RESISTIDO SOBRE A FUNCIONALIDADE DOS MEMBROS SUPERIORES EM PACIENTES COM DOENÇA DE ALZHEIMER

Alice Pequeno de Brito; Victória Baía Pinto; Milena Medeiros Vasconcelos; André Santos Moreira; Erik Artur Cortinhas Alves; Pâmela Oliveira da Silva; Evitom Corrêa Souza.

alicepbrito96@gmail.com.

Universidade do Estado do Pará

Introdução: A Doença de Alzheimer (DA) é uma condição neurodegenerativa caracterizada pela deterioração da memória e de outras funções cognitivas, comprometimento progressivo das atividades de vida diária e uma multiplicidade de alterações comportamentais e psicológicas que mais comprometem a qualidade de vida na velhice. O Treinamento Resistido (TR) é uma alternativa não farmacológica para o auxílio no tratamento da DA. Esta doença afeta a qualidade de vida, causando diversos comprometimentos motores. **Objetivo:** Verificar os efeitos do TR na funcionalidade dos membros superiores em pacientes com DA. **Método:** Foram avaliados 13 paciente com idade (73.4 ± 6.9), do sexo feminino. Estes foram avaliados antes e após o período de intervenção com teste de rosca bíceps unilateral (RIKLI e JONES, 2001). O protocolo do TR foi composto por supino sentado, levantamento terra, remada unilateral e abdominal infra, realizado 3x na semana, 8-12 repetições por exercício e 2 séries por sessão com intervalo de 1 a 2 minutos de descanso, e totalizou 20 sessões. Para análise dos dados foi utilizado o Biostat 5.0, o teste Shapiro-wilk avaliou a normalidade e utilizou-se o teste t de Student para comparar os grupos. **Resultados:** Foi observada melhora significativa Antes= 18.9 ± 3.0 e Depois= 21.8 ± 4.5 ($p < 0.015$) pela grandeza mensurada. **Conclusão:** Os resultados deste estudo evidenciam que a prática de exercícios é muito importante para os pacientes com DA, pois ocorre o aumento de massa muscular, melhorando a funcionalidade dos membros superiores dessa população.

Palavras-chave: Funções cognitivas; Memória; Qualidade de vida.

EFEITOS DO JEJUM DE 12 HORAS NA POTÊNCIA DOS MEMBROS SUPERIORES E INFERIORES DE CARATECAS

Eduardo Macedo Penna; Douglas Wesley Nascimento dos Santos; Fernando Santos Cunha; Hugo Enrico Souza Machado; Jean Takehiro Shimomaebara Sato; Rodrigo de Lima Tavares; Thiago Bernardo da Silva de Assis, Victor Silveira Coswig.

hugoenrico18@gmail.com

Universidade Federal do Pará.

Introdução: A luta do Karatê (*Kumitê*), é uma atividade de alta exigência metabólica, em que sua execução se resume a socos, chutes, defesas e quedas, tornando a relação esforço:pausa durante o combate característica de um evento de alta intensidade. Nesse viés, apesar de nesse tipo de atuação haver a predominância do metabolismo Oxidativo, as contribuições das fontes Glicolíticas e de ATP-CP são significantes. Sendo assim, devido a sua rápida degradação no citosol e rápido fornecimento de ATP, o Carboidrato desempenha forte influência no desempenho desse dinamismo, sendo a sua depleção estando relacionada com a fadiga. **Objetivos:** Objetivou-se no estudo analisar a potência de membros superiores (MMSS) e inferiores (MMII) de caratecas, nas condições de alimentados e em Jejum de 12 horas. **Materiais e métodos:** Trata-se de um estudo piloto, o qual foi dividido em duas situações: na primeira, os atletas faziam os testes e os combates estando 1h antes alimentados; já na segunda, repetiam o mesmo procedimento, porém estavam 12h em jejum. Os testes foram os saltos *Counter Movement Jump* (CMJ), *Squat Jump* (SJ) e *Drop Jump* (DJ) com análises feitas através do aplicativo *Jumpo*, mais a distância do arremesso de *Medicine Ball* (MB), adotando para tabulação o valor máximo dentre as três tentativas de cada teste. Os testes foram aplicados nos momentos pré e pós 4 combates de 2min com 2min de intervalo entre os combates, em ambas situações do estudo. Participaram voluntariamente da pesquisa 4 caratecas de idades entre 14 e 16 anos. Em virtude do número da amostra e do tipo de estudo, preferiu-se apresentar a estatística descritiva para comparação dos resultados. **Resultados:** Verificou-se que, no pós da primeira situação da pesquisa, houve decréscimo nas alturas dos três saltos em torno de 6%; e no MB, houve aumento de 4% na distância. Já no pós da segunda situação, houve decréscimo nas alturas dos saltos SJ e DJ de 7% e 9%, respectivamente; não havendo diferenças no CMJ e no MB. **Conclusão:** Acredita-se que devido o pouco tempo em que os sujeitos passaram sob esforço, tenha feito com que houvesse pouca diferença em relação aos momentos pós das duas situações, desse modo, o jejum minimamente interferiu na potência dos MMSS e MMII. Contudo, a fim de diminuir os riscos de possíveis eventos hipoglicêmicos durante os combates e preservar os estoques de glicogênio muscular e hepático, recomenda-se que o atleta se alimente previamente a uma atividade subsequente.

Palavras-chave: Lutas; Performance; Metabolismo.



AS INFLUÊNCIAS DO TREINAMENTO DE FORÇA NA CAPACIDADE FUNCIONAL DE UM ALUNO IDOSO NA ACADEMIA DE GINÁSTICA

Ricardo Sergio Sousa De Almeida Filho; Paulo Allan Da Silva Sanches; Rodrigo José Dos Santos Brochado; Andrew Matheus Lameira Sampaio; Anna Cristtina Filizzola Borges Pessoa; Suellen Kazumi Dos Santos Eguchi.

ricardo.sergio745@gmail.com

Universidade da Amazônia
Centro Universitário Do Pará
Bio wellness Fitness Center

Introdução: O avanço da tecnologia relacionada à saúde proporciona maior expectativa de vida da população, resultando na diminuição da mortalidade em função dos avanços de tratamentos hospitalares e fármacos eficazes na intervenção de doenças. Nos últimos 60 anos, houve acréscimo de 15 milhões de indivíduos idosos no País, passando de 4% para 9% da população brasileira. Em 2025, estima-se aumento de mais de 33 milhões, tornando o Brasil o sexto país com maior percentual populacional de idosos no mundo. A principal atividade física que deve ser inserida na rotina do idoso é o treinamento de força (TF), no qual objetiva estimular a manutenção da força muscular dos membros superiores e inferiores. **Objetivos:** Analisar e avaliar a capacidade funcional de um idoso por meio do TR, com a finalidade de compreender os efeitos mimoseados por esta prática. **Método:** Foi utilizado estudo de caso para investigação mediante pesquisa de campo. Esta pesquisa foi realizada com um idoso praticante de treinamento força com idade de 70 anos em uma academia de ginastica localizada na cidade de Ananindeua-PA. O mesmo não é fumante, ingere bebidas alcoólicas casualmente e não faz nenhum tratamento farmacológico. Como instrumento de aplicação de pesquisa, utilizamos o protocolo *Senior Test Fitness*, esta bateria é composta por testes que avaliam força e flexibilidade de membros inferiores (MI) e superiores (MS), agilidade e resistência aeróbia avaliando diretamente as capacidades funcionam. Após a computação dos dados coletados inicialmente na bateria de testes o aluno foi exposto ao TF durante 12 semanas acompanhadas pelo profissional de educação física. Após 12 semanas o mesmo realizou novamente a bateria de testes para avaliar o desempenho do após o TF. **Resultados:** O individuo obteve melhora na força de MS, pois o desempenho inicial era fraco com 13 repetições e após bom com 17 repetições. A força de MI, no primeiro teste foi de 14 repetições, fraco e após 19 repetições se caracterizando como bom. No primeiro teste o idoso executou em 6,5 segundos a bateria de agilidade resultando em fraco, após o TF o mesmo realizou a tarefa em 5 segundos, representando regular. Não houve desenvolvimento significativo na resistência e flexibilidade de MS e MI. **Conclusão:** O TF se bem orientado pelo profissional de educação física se apresenta como bom aliado para melhorar a capacidade física de idosos, impactando positivamente nas atividades de vida diária (AVD) dos mesmos, lhe proporcionando assim maior autonomia funcional.

Palavra-chave: Capacidade Funcional do Idoso; Treinamento Resistido; Autonomia Funcional.

ESTABILOMETRIA EM PRATICANTES DE DANÇA: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA.

Gizele Cristina da Silva Almeida; Alexandre Vaz Diniz; Jéssica Cristina Santos de Assis; Manuela Brito Duarte; Alex Tadeu Viana da Cruz Junior; Anderson Antunes da Costa Moraes; Bianca Callegari.

g.c.fisioterapia@gmail.com.

Laboratório de Estudos da motricidade Humana. Instituto de Ciências da Saúde. Universidade Federal do Pará. Universidade da Amazônia.

Introdução: O equilíbrio corporal, por se tratar de uma habilidade funcional, depende de fatores motores e sensoriais (Pedreira et al., 2018). É um elemento importante do controle postural para praticantes de dança e, portanto, deve ser estudado para melhor compreensão sobre quais são os componentes que estão mais associados ao desempenho na dança (Clarke et al., 2019). Há diversas formas de avaliar o equilíbrio, a mais comum e empregada é aplicação de escalas e testes, porém esses instrumentos permitem apenas uma análise subjetiva. A estabílometria ou posturologia é uma forma de avaliação em que a mensuração é realizada através de aparelhos, como a plataforma de força, que permite analisar o deslocamento e as variáveis do centro de pressão (COP) de forma quantitativa e objetiva. **Objetivo:** Determinar quais os parâmetros e variáveis do COP são analisados em praticantes de dança e os principais achados das avaliações do equilíbrio desses indivíduos. **Método(s):** Foram realizadas buscas na base de dados Bireme, cruzando os descritores “center of pressure”, “stabilometry”, “posturography” e “dance” e um total de 46 artigos foi obtido. Após a seleção, 26 documentos foram considerados elegíveis para leitura completa, dos quais 11 foram incluídos na revisão. Participaram da revisão apenas estudos com indivíduos adultos, que continham pelo menos um grupo de dançarinos e realizassem avaliação do equilíbrio através de plataforma de força e parâmetros do centro de pressão. **Resultados:** Através da análise dos estudos foi possível identificar que o tipo de dança avaliado com mais frequência foi o Balé, presente em 9 artigos e os grupos de comparação comumente utilizados foram indivíduos que praticam o mesmo tipo de dança a menos tempo, pessoas sedentárias ou ativas. A velocidade de oscilação do COP foi mensurada em 6 artigos, o deslocamento do COP em 8 e a Área do COP em 5. Melhor equilíbrio geral dos grupos dançarinos foi relatado em 5 estudos, sendo encontrada relação entre tempo de experiência em dança e melhor equilíbrio em 1 dos estudos. Dois estudos não encontraram diferença em nenhum parâmetro do COP entre os grupos. **Conclusão:** O deslocamento, velocidade e área são os parâmetros de COP mais utilizados para avaliação de praticantes de dança. Há necessidade de estudos mais esclarecedores sobre a influência do tempo e frequência de prática de dança, bem como o tipo, no controle postural dos indivíduos.

Palavras-chave: Equilíbrio; Plataforma de força; Controle postural; Dançarinos.

DESENVOLVIMENTO DE UM JOGO SÉRIO COMO TERAPIA COMPLEMENTAR NA MELHORA DO EQUILÍBRIO

Wanessa Carvalho Wanzeler; Alex Tadeu Viana da Cruz Junior; Tomaz Augusto Lobato dos Santos; Bianca Callegari.

wanessacwanzeler@gmail.com

Universidade Federal do Pará (UFPA).

Introdução: Os desequilíbrios são apontados como um dos principais fatores que limitam as atividades de vida diárias dos idosos, muitas vezes não sendo relacionados a causas específicas, mas a alterações do sistema de equilíbrio como um todo. Com o déficit de equilíbrio e as mudanças comportamentais, faz-se necessária a realização de exercícios físicos e fisioterapia, sendo a Realidade Virtual (RV) um importante instrumento que auxilia nesse processo. **Objetivo(s):** Criação de um jogo sério como estratégia potencial de terapia complementar na melhora do equilíbrio. **Método(s):** O jogo SkyWay foi desenvolvido por meio de uma parceria entre os estudantes de Fisioterapia e de Engenharia da Computação da Universidade Federal do Pará (UFPA). O jogo proporciona o treinamento do equilíbrio de tronco e simula um voo de asa delta onde o jogador (paciente) tem como objetivo alcançar alvos representados por argolas. O protótipo foi usado por dois voluntários, sem distúrbios de equilíbrio, como forma de teste para depois ser validado e disponibilizado à população. **Resultados:** Obteve-se a criação do jogo SkyWay, que está pronto para testes com pacientes que possuam algum déficit de equilíbrio. Os dados gerados a partir da utilização do programa são expostos no formato de gráficos pelo mesmo. Logo, será possível obter resultados através de gráficos, os quais farão relação ao número de acertos, à angulação realizada, aos deslocamentos latero-laterais e antero-posterior e a velocidade desses deslocamentos. **Conclusão:** Portanto, foi possível elaborar e criar uma tecnologia com potencial de utilização experimental, como forma de terapia complementar para a possível melhora do equilíbrio, além de proporcionar novos horizontes para o tratamento desses pacientes.

Palavras-chave: Reabilitação; jogos experimentais; Fisioterapia.

EFEITOS DO MÉTODO LIAN GONG NA OSTEOARTROSE DE JOELHO: RELATO DE CASO

Caroline Prudente Dias; Daniel Bibas Quintanilha Bibas; Hélade Beatriz Farias Figueiredo; Marta Caroline Araújo da Paixão; Angélica Homobono Nobre.

carold493@gmail.com.

Universidade do Estado do Pará (UEPA)

Universidade Maurício de Nassau (UNINASSAU).

Introdução: A osteoartrose é uma doença articular degenerativa que pode acometer todas as regiões do corpo, principalmente aquelas que suportam grandes quantidades de peso, como o joelho. Os principais sintomas são a dor aos pequenos esforços ou em repouso, a diminuição da função física com limitação da extensão e/ou flexão do joelho causando significativas incapacidades (DUARTE et al, 2013). O Lian Gong é um conjunto de exercícios da medicina chinesa que agem no tratamento de dores, principalmente no pescoço, ombros, região lombar e nos membros inferiores, e doenças crônicas, buscando a correção postural dos praticantes, melhora do condicionamento físico e aumento da amplitude de movimento (BOBBO et al, 2018; CORREIA et al, 2016). **Objetivo (s):** Verificar os efeitos do Lian Gong, como recurso na fisioterapia em paciente portadora de osteoartrose de joelho. **Método (s):** O estudo foi desenvolvido a partir de 12 sessões de fisioterapia utilizando o método Lian Gong na Unidade de Ensino Assistência de Fisioterapia e Terapia Ocupacional (UEAFTO), durante o turno da manhã, de agosto a setembro do ano de 2018. Paciente do sexo feminino, 71 anos, com diagnóstico de osteoartrose no joelho direito e usuária de analgésicos diariamente. A avaliação foi realizada com a Escala Visual Analógica (EVA) a qual referiu dor de grau 9 no joelho, do questionário The World Health Organization Quality of Life (WHOQOL-BREF) com pontuação de 77, e Banco de Wells com resultado de 20,5 cm. As sessões tiveram duração de 60 minutos com 18 exercícios divididos em 3 séries voltadas para pescoço, ombros, lombar e membros inferiores, e posteriormente um relaxamento. **Resultados:** Após a realização dos exercícios, foram encontrados resultados positivos quanto a atenuação da dor no joelho que obteve regressão de 9 para grau 2 na EVA associada com a diminuição do uso dos analgésicos apenas após grandes esforços, melhora na qualidade de vida geral com WHOQOL-BREF inicial de 77 e final de 87 pontos, além do aumento da flexibilidade com Banco de Wells inicial igual a 20,5 cm e final de 32,5 cm. **Conclusão:** A implementação de práticas integrativas e complementares como o Lian Gong é uma via alternativa e eficaz no alcance da integralidade da assistência, objetivando reabilitar da melhor maneira. Assim, evidencia-se que a atuação fisioterapêutica é de suma importância na melhora da funcionalidade desses indivíduos, além de fomentar os futuros estudos acerca da temática com a necessidade de ensaios clínicos controlados e randomizados.

Palavras-chave: Artrose; Fisioterapia; Medicina Tradicional Chinesa.

AVALIAÇÃO DA CAPACIDADE FUNCIONAL DE IDOSOS EM UMA UNIDADE MUNICIPAL DE SAÚDE – ÁGUAS LINDAS – ANANINDEUA – PARÁ

Cássia Oliveira Cabral da Paz; Amanda Caroline Lobato Dias; Janine Brasil de Araújo Moraes; Augusto Felipe Rocha e Silva; Isabelle Farias Gomes; Breno Caldas Ribeiro; Carina Alves Costa; Biatriz Araújo Cardoso.

cassiapaz7@gmail.com.

Universidade do Estado do Pará
Universidade Federal do Pará.

Introdução: O envelhecimento é um processo gradual e irreversível que causa mudanças fisiológicas em aspectos motores e cognitivos que comprometem a capacidade funcional e consequentemente a realização das atividades de vida diária (PINTO et al., 2016; PEREIRA et al., 2017). Dessa forma, a avaliação da capacidade funcional é importante na determinação das condições de saúde dos idosos visto suscetibilidade dessa população a incapacidade funcional (SILVA et al., 2018). **Objetivo:** Avaliar a capacidade funcional de idosos em uma Unidade Municipal de Saúde, Águas Lindas, Ananindeua, Pará. **Métodos:** Tratou-se de um estudo transversal, no qual foram incluídos indivíduos com idade igual ou superior a 60 anos, de ambos os sexos e que aceitaram participar do estudo. A capacidade funcional foi avaliada através da escala de Lawton e Brody (LAWTON; BRODY, 1969) a qual identifica o grau de dependência para as atividades instrumentais de vida diária. Os dados foram registrados e processados pelo Software BioEstat 5.0 no qual foram aplicadas análises estatísticas descritivas, sendo utilizada a distribuição das frequências absolutas e relativas para variáveis categóricas, e para as variáveis contínuas média e desvio padrão. **Resultados:** A amostra compôs-se de 30 idosos usuários deste serviço de saúde, houve predominância do sexo feminino 60% (18/30) com média de idade de 70,80 ($\pm 4,67$) anos. Quanto à cor da pele, 76,67% (23/30) idosos se consideram pardos, 16,67% (5/30) negros e 6,67% (2/30) brancos. Dos idosos entrevistados 76,67% (23/30) são aposentados, enquanto 23,33% (7/30) não são aposentados e 30% (9/30) moram sozinhos. Em relação à capacidade funcional, 60% (18/30) dos idosos foram classificados como parcialmente dependentes e 40% (12/30) como independentes. Na avaliação das atividades instrumentais, 36,67% (11/30) relataram não conseguir realizar ou necessitar de ajuda parcial para tomar seus medicamentos na dose e horários corretos, seguido por 26,67% (8/30) que não conseguem lavar e passar suas roupas ou conseguem com ajuda parcial. As atividades em que os idosos relataram maior independência foi na de preparo das suas próprias refeições e na execução de pequenos trabalhos manuais domésticos, ambos com 90% (27/30) e em fazer compras com 83,33% (25/30). **Conclusão:** Conclui-se, que a maioria dos idosos deste serviço de saúde eram parcialmente dependentes. Diante disto, espera-se que estes resultados sirvam de estímulo para futuras pesquisas e intervenções que venham a contribuir para a manutenção da capacidade funcional de idosos.

Palavras-chave: Saúde do idoso; Atividades cotidianas; Atenção Primária à Saúde.

CORRELAÇÃO ENTRE INTENSIDADE DA DOR E FUNCIONALIDADE CERVICAL EM INDIVÍDUOS COM PONTO GATILHO MIOFASCIAL ATIVO NO MÚSCULO TRAPÉZIO SUPERIOR.

¹ Felipe Picanço Guimarães; ² Cleuton Braga Landre; ¹ Johanna Caroline Nascimento Queiroz; ³ Denise Gabrielle Feitosa Ribeiro; ¹ Dayane Araújo Barreiros; ² Areolino Pena Matos; ² Vânia Tie Koga Ferreira.

felipe.pguimaraes@hotmail.com.

- 1 - Acadêmico, Universidade Federal do Amapá, Unifap, Macapá-AP;
- 2 - Profissional, Universidade Federal do Amapá, Unifap, Macapá-AP;
- 3 - Mestranda, Universidade Federal do Amapá, Unifap, Macapá-AP.

Introdução: Pontos gatilho miofasciais ativos (PGMs) comumente encontrados na população, são nódulos palpáveis hipersensíveis e dolorosos, localizados na banda tensa de um músculo estriado esquelético. Clinicamente são caracterizados pela presença de dor local ou referida, como resposta a palpação, e em alguns casos pode estar presente a fraqueza muscular e redução da amplitude de movimento. Fica evidente na literatura que a combinação desses sinais e sintomas impacta na qualidade de vida do indivíduo. Esses PGMs afetam comumente o músculo trapézio superior fibras descendentes, interagindo desta forma com a coluna cervical. **Objetivo:** Correlacionar a intensidade da dor com a funcionalidade da cervical em indivíduos com ponto gatilho miofascial ativo no músculo trapézio superior. **Métodos:** 40 voluntários de ambos os gêneros foram incluídos no estudo, idade entre 18 e 60 anos (idade média = 35,37 anos, desvio padrão = 11,46), com dor cervical crônica, apresentando pontuação no Neck Disability Index (NDI) ≥ 5 pontos e pontuação na Escala Numérica de Dor (END) ≥ 3 em repouso, além disso foi realizada a avaliação do PGM através da palpação com localização central no músculo trapézio superior sendo caracterizado como ativo na presença de dor referida e a avaliação do limiar de dor a pressão através do uso do algômetro (INSTRUTERM®), posicionado perpendicularmente ao PGM central onde o indivíduo apresentou uma resposta de dor com uma pressão $\leq 2,5$ kg/cm². Na análise estatística foi aplicado o teste de Shapiro-Wilk seguido do coeficiente de correlação de Pearson, que mede o grau da correlação linear entre duas variáveis quantitativas, onde foi considerado um nível de significância de 5%, os dados foram analisados no software de estatística SPSS 21.0. **Resultados:** A intensidade da dor média foi de 6,37(1,89) na END sendo considerada um nível de dor moderada e para a incapacidade da cervical foi observada uma média de 17,80 (6,2) no NDI também considerada moderada incapacidade. Para associação entre a END e NDI foi verificada positiva e significativa correlação entre a intensidade da dor e a funcionalidade da coluna cervical ($r = 0,658$, $p < 0,001$). **Conclusão:** Sendo assim, a correlação positiva e moderada indica que quanto maior a intensidade da dor, maior será o impacto na funcionalidade da coluna cervical e vice-versa.

Palavras-chave: Avaliação da Dor; Cervicalgia; Qualidade de Vida.



FORÇA ISOCINÉTICA DE DORSIFLEXORES E FLEXORES PLANTARES EM CORREDORES AMADORES COM SÍNDROME DO ESTRESSE MEDIAL TIBIAL

Laís Ferreira Tapajós; Roger Andrey Carvalho Jardim; Débora Juliana Souza do Rosário; Natalia Camargo Rodrigues Iosimuta; Cleuton Braga Landre; Areolino Pena Matos;

tapajoslais@gmail.com

Universidade Federal do Amapá.

Introdução: Suspeita-se que a Síndrome do Estresse Medial Tibial (SETM) impacte negativamente na cinemática do tornozelo, no entanto, a influência desta lesão sobre a força muscular do tornozelo ainda não foi claramente estabelecida. **Objetivo:** Este estudo teve como objetivo comparar a força muscular de dorsiflexores e flexores plantares de tornozelo entre corredores amadores com e sem SETM. **Métodos:** Trinta e seis sujeitos foram recrutados e distribuídos em dois grupos (Grupo SETM e Grupo Controle) com dezoito indivíduos cada. A média de idade entre os indivíduos do Grupo SETM foi de 27,61 (DP= 1,74), altura 1,67 (DP= 0,21), Massa 67,89 (DP= 2,84), IMC 24,13 (0,74), 94,44% destro, com EVA de Dor 7,69 (DP= 1,47), frequência semanal de corrida de 4,05 dias (DP= 0,35), distância diária percorrida em km 4,45 (DP=0,33), tempo diário em minutos 44,58 (DP=7,64), a média de distância de corrida total nos últimos 3 meses foi 193,83 (DP= 21,19), e para mulheres a média foi de 66,66. No Grupo Controle a média de idade foi de 33,22 (DP= 3,22), altura 1,62 (DP= 0,18), massa 62,39 (DP= 2,12), IMC 23,61 (DP= 0,49), 100% destro, sem queixas de dor, com frequência semanal de corrida 4,25 dias (DP= 0,30), distância diária percorrida em km de 6,05 (DP= 0,52), tempo diário em minutos 32,11 (DP= 2,32), sendo a média de distância de corrida total nos últimos 3 meses de 302,76 (DP= 43,75), e para as mulheres a média foi de 44,44. Avaliou-se a força isocinética de dorsiflexores e flexores plantares de ambos os grupos utilizando o dinamômetro Isocinético Biodex 4 no modo de contração concêntrico a 60°/s. Para análise e comparação utilizou-se as médias do pico de torque (Nm/kg). Para comparação dos grupos foi utilizado o teste ANOVA de duas vias. **Resultados:** O grupo com SETM apresentou menor pico de Torque de flexores plantares (26,2 Nm/kg \pm 12,0 vs 37,3 Nm/kg \pm 16,9) p=0,002 e de dorsiflexores (15,1 Nm/kg \pm 3,9 vs 24,1 Nm/kg \pm 13,8) p=0,008 comparado ao grupo controle. **Conclusão:** Corredores amadores com SETM apresentam menor pico de torque de dorsiflexores e flexores plantares de tornozelo quando comparados à corredores saudáveis.

Palavras-Chave: Força Muscular; Isocinético; Fisioterapia.

A EFICIÊNCIA DO TREINAMENTO RESISTIDO EM ATLETA DE GOALBALL UM ESTUDO DE CASO.

Charles Ferreira de Andrade; Claudia Cordeiro Santos; Cleberson Alexandre Ferreira Santos; Hevellem Lima de Souza; Rodrigo Moraes Reis; Marcio Venício Cruz de Souza; Evitom Corrêa de Sousa.

charlesandrade5@yahoo.com.br.

Faculdade Conhecimento e Ciência.

Introdução: O goalball é um Jogo Desportivo Coletivo (JDC), foi criado em 1946 pelo austríaco Hanz Lorezen e o alemão Sepp Reindle, que almejavam como objetivo reabilitar veteranos da Segunda Guerra Mundial que perderam a visão (CASTRO 2005). Segundo Munster e Almeida (2008, p.29, apud MACHADO, 2015, p.9), a deficiência é caracterizada pela perda parcial ou total da capacidade visual, em ambos os olhos levando o indivíduo a uma limitação em seu desempenho habitual. O exercício resistido também denominado de treinamento de força (TF) consiste na realização de exercícios com contrações voluntárias da musculatura esquelética, buscando vencer alguma resistência, que pode ser exercida por máquinas, pesos livres ou o próprio peso corporal (FLECK, KRAEMER, 2006). **Objetivos:** Avaliar a eficiência do exercício resistido nos parâmetros de potência, agilidade e flexibilidade. **Métodos:** O atleta de goalball do sexo masculino com 17 anos e deficiência visual parcial passou por um protocolo de treinamento resistido no período de 3 meses e foram feitas duas sessões a cada semana além de ser submetido aos três testes antes e após o período. O treinamento resistido é o experimento fator da causa. O primeiro teste foi realizado para avaliar a flexibilidade do quadril, da coluna lombar e dos músculos posteriores da coxa por meio do teste de sentar e alcançar – banco de Wells (ACM, 2000); o segundo foi executado para determinar a força explosiva máxima de membros superiores através do teste de potência: arremesso de medicine ball (MELLO, 2002) e por último o teste de agilidade goalball modificado (MORATO, FURTADO, 2005) para avaliar a agilidade e a capacidade de orientação do atleta de goalball. **Resultados:** No teste de agilidade, o atleta reduziu o seu desempenho de 8,92 para 7,74 segundos, enquanto, no teste de flexibilidade foi aumentado de 26,5 para 29 centímetros, e por último o teste de potência teve de início 3,39 para 3,70 metros. **Conclusão:** O estudo contribuiu para estabelecer uma relação entre o treinamento resistido e as principais valências físicas utilizadas na prática do goalball. Podemos perceber através dos testes aplicados resultados positivos, sendo assim, com o auxílio do treinamento resistido, o atleta fica mais apto para a prática do goalball onde ele vai obter um maior rendimento durante as partidas.

Palavras-chave: deficiência visual; exercício físico; valências físicas.



EFEITOS DO TREINAMENTO AERÓBICO NO MEIO AQUÁTICO EM IDOSAS DIABÉTICAS TIPO 2

Rudney Rennan Costa Lima; Livia Patrícia da Silva Nascimento; Ediléa Monteiro de Oliveira, Pedro Iuri Castro da Silva.

rrennanlima@gmail.com.

Universidade do Estado do Pará – UEPA

Introdução: O Diabetes Mellitus tipo 2 (DM2) é um grave problema de saúde pública, de causa multifatorial, diretamente associado ao estilo de vida, entre eles a inatividade física. Alterações orgânicas em decorrência do processo de envelhecimento promovem declínio na capacidade funcional e diminuição na taxa do metabolismo basal tornando os idosos mais suscetíveis a esta doença. O exercício físico regular configura-se como uma terapia não farmacológica para o tratamento de doenças crônicas. **Objetivo:** Verificar os efeitos do treinamento aeróbio aquático em idosas diabéticas tipo 2. **Métodos:** Trata-se de um ensaio clínico, não controlado, com abordagem quantitativa, composto por idosas sedentárias, com o diagnóstico de DM2 a mais de um ano. O treinamento aeróbico ocorreu através do treino de corrida em piscina, utilizando-se um colete flutuador para manter a voluntária em posição vertical, sem apoio dos pés no fundo. Foi realizado teste de esforço máximo para delimitar frequência cardíaca de treino, através de cadências sonoras de 85bpm durante 3 minutos, com acréscimos de 15bpm a cada 2 minutos até a voluntária não manter o ritmo do metrônomo ou à exaustão. O treinamento ocorreu por 8 semanas, com 3 sessões semanais de 30 minutos. Foram avaliados sinais vitais, dados antropométricos, glicemia de jejum e casual, Creatinofosfoquinase (CK-NAC) e força da musculatura dos flexores e extensores do joelho por meio de dinamômetro previamente ao protocolo de treino e 48 horas após o término da última sessão. Para análise estatística foram utilizados os testes Shapiro-Wilk e t de Student, com nível significância $p < 0,05$. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade do Estado do Pará. **Resultados:** 36 idosas iniciaram a pesquisa, 7 concluíram o estudo. Após o treinamento houve redução na média do peso corporal das voluntárias ($\approx 0,63$ Kg), discreta redução nos índices glicêmicos ($p > 0,76$), decréscimo significativo na PA sistólica ($p < 0,04$). Houve incrementos na FC, CK-NAC e na força de todos os grupos musculares avaliados, com significância estatística apenas para força máxima dos extensores de joelho esquerdo $p = 0,0015$. **Conclusão:** O treinamento aeróbico no meio aquático foi efetivo no grupo pesquisado, principalmente para o aumento da força muscular, sugere-se estudos adicionais com amostragem mais numerosa e ciclo de treinamento mais extenso, visto que um período de treinamento maior poderá reverter o quadro de cronicidade estabelecido pela DM2. Além de ser uma alternativa de exercício físico de baixo impacto articular, devido às forças de flutuação características do meio aquático.

Palavras-chave: Diabetes Mellitus; Exercício Físico; Envelhecimento.

A INFLUÊNCIA DO COMBATE EM CHUTES E SOCOS NO MUAY THAI

Yrla Raíde Guimarães de Melo; Adriele dos Santos Tavares; Eduardo Macedo Penna; Victor Silveira Coswig.

yrlamelo2016@gmail.com.

Universidade Federal do Pará - Campus de Castanhal.

Introdução: o Muay Thai é uma arte marcial de origem tailandesa, o qual tem a característica de combate que permitiu a utilização de socos, chutes, joelhadas e cotoveladas aplicados de acordo com a experiência técnica dos praticantes. Nesse sentido, o presente estudo teve como base investigar a interferência do combate na potencialização dos chutes e socos dos praticantes do Projeto Tatame Universitário UFPA, *campus* Castanhal, com base na CBMT (Confederação Brasileira de Muay Thai). **Objetivo(s):** avaliar a aplicação do combate como estímulo na potencialização pós-ativação (PPA) dos socos e chutes pós combate, uma vez que a mesma é um método utilizado para melhorar o desempenho muscular em atividades de resistência, velocidade e potência. **Métodos(s):** o trabalho foi de cunho transversal com o intuito de investigar a potencialização dos membros superiores e inferiores pós combate. A partir disso foram selecionados 14 praticantes iniciantes do sexo feminino e masculino, possuindo no mínimo um mês de treinamento. Inicialmente, foi aplicado o aquecimento de duas séries com 20 repetições com 30 segundos de descanso. A série consistia em burpee, mountain climb, abdominal tradicional e oblíquo. Em seguida, foram realizadas as aplicações dos testes de medicine ball e salto horizontal; após os testes iniciou-se os combates com três rounds de três minutos e com intervalos de 30 segundos de descanso. Os indivíduos possuíam massa corporal semelhante, de acordo com as regras da CBMT e ao final da luta foi aplicado o pós-testes. **Resultados:** o atual estudo evidenciou que através do aquecimento e pós combate foi obtido resultados relevantes quanto ao salto horizontal pré e pós (máxima de $3,2 \pm 0,7$ com $t = -0,1$ e $P < 0,33$), enquanto que no medicine ball não foram significativos (máxima de $1,8 \pm 0,2$ e $2,0 \pm 0,3$ com $t = -0,09$ e $P > 0,0$, utilizando a ferramenta de estatística T-Test para análise dos dados. **Conclusão:** concluiu-se que, a aplicação do protocolo relacionado ao combate expressou ganho na potencialização quanto a sua execução referente ao salto horizontal, sendo reprodutível para melhorar o condicionamento dos chutes, porém, sua aplicabilidade no medicine ball não foi significativa, logo sua execução não seria reprodutível.

Palavras-chave: esforço físico; reprodutibilidade; potência; luta.

Agradeço primeiramente à Universidade Federal do Pará por proporcionar a possibilidade do estudo e principalmente ao Grupo de Treinamento Esportivo (GET), *Campus* Castanhal, pelas instruções e guiamento do presente trabalho.



O EFEITO DO TREINAMENTO RESISTIDO NA QUALIDADE DE VIDA EM IDOSOS COM OSTEOARTROSE.

Iuri Rennan dos Santos; César Renato Amorim de Assis; Walquiria Silva do Nascimento; Rivania dos santos Barroso; Carlos Cleiton lima Macedo; Marcio Venício Cruz de Souza ; Evitom Corrêa de Sousa.

iurirennan@gmail.com.

Universidade Paulista.

Introdução: A osteoartrose é uma doença crônica, progressiva e degenerativa da articulação, sendo a causa mais comum das afecções das articulações sinoviais, com dor substancial e incapacidade. A dor associada à osteoartrose é a principal causa de restrição da atividade física em idosos (MATSUDO & CALMONA, 2009). A artrose (osteoartrose) é a doença articular com características multifatoriais e que leva à incapacidade funcional. Pode ser conceituada como um reumatismo que ocasiona a Progressiva degradação da cartilagem articular (HINTERHOLZ & MUHLEN, 2003).

Objetivos: Analisar os efeitos do exercício resistido na qualidade de vida de idosos diagnosticados com osteoartrose no LERES (Laboratório de Exercício Resistido e Saúde). **Métodos:** Se fez necessário que os idosos apresentassem laudo médico devidamente atualizado e com diagnóstico de osteoartrose. Dando continuidade foi feita a aplicação do questionário SF-36 sobre qualidade de vida aos idosos praticantes do LERES, totalizando 15 questionários aplicados, tanto em homens e mulheres. O questionário SF-36 possui 36 itens agrupados em 8 dimensões que avalia a qualidade de vida dos entrevistados através de perguntas sobre atividades domésticas, saúde etc. O questionário foi efetuado antes e após 3 meses de realização do exercício resistido e a partir disso, foi levantado a coleta de dados. **Resultados:** Comparação de respostas sobre a presença de dores nas articulações em idosos que possuem osteoartrose, antes e depois do exercício resistido em um período de 3 meses. Os homens antes de iniciarem a atividade de exercício resistido, 80% alegaram dores e 20% dos homens não alegavam dores. As mulheres antes de iniciarem a atividade de pesquisa de exercício resistido 90% alegaram dores e 10% das mulheres alegavam que não sentiam dores. Após 3 meses os homens em 90% alegaram não sentir mais dores e 10% dos homens alegaram ainda sentir dores. Já as mulheres em 80% alegaram não sentir mais dores e 20% das mulheres alegaram ainda sentir dores. **Conclusão:** A partir do apanhamento dos dados e verificações teóricas que o exercício resistido, beneficia de forma considerável os sintomas de dores articulares em idosos portadores de osteoartrose, promovendo a reabilitação, recuperação, otimização dos seus movimentos, melhora na qualidade de vida e nas suas capacidades físicas.

Palavras-chave: dores articulares; incapacidade física; atividade física.



A APTIDÃO FÍSICA RELACIONADA À SAÚDE: UMA ANÁLISE DO PERFIL DE ESCOLARES DE UMA ESCOLA PÚBLICA DO MUNICÍPIO DE ANANINDEUA-PA

Walber Martins Brito; Anselmo de Athayde Costa e Silva; Daniely Gonçalves Moreira; Daniel Rodrigues Corrêa; Emilena de Nazaré Sena Moraes; Raiana de Oliveira Almeida.

martins_walber22@hotmail.com

Universidade Federal do Pará.

Introdução: A atividade física é importante em todas as fases da vida, uma vez que promove adaptações qualitativas no organismo referente à saúde e qualidade de vida. A diminuição em seus níveis está associada com disfunções do organismo, o que impacta negativamente na saúde, contribuindo para o desenvolvimento de doenças hipocinéticas (HASKELL et al., 1985). Influenciada pela atividade física e pela saúde, a aptidão física é o objeto deste trabalho que possui como centralidade a importância de análise de níveis de aptidão física relacionada à saúde de escolares. **Objetivo:** Investigar o nível de aptidão física relacionada à saúde (AFRS) de jovens escolares de uma escola básica do município de Ananindeua-PA. **Método:** Pesquisa quali-quantitativa, correlacional, transversal e descritiva. A amostra foi composta por 60 escolares de ambos os sexos, com idade entre 11 e 16 anos de uma escola Estadual do Município de Ananindeua-PA. Foram realizados testes antropométricos (força, resistência e flexibilidade) e análise de IMC com base no instrumento do PROESP-Br. O tratamento estatístico empregado foi a análise de variância (ANOVA), sendo as médias dos tratamentos comparadas pelo teste complementar de médias de Turkey a 5%, utilizando o programa Statistica 7.0. Para todos os procedimentos estatísticos adotou-se um valor de ($p \leq 0,05$). **Resultados:** Na faixa etária de 14 anos, os rapazes apresentaram diferença significativamente ($p \leq 0,05$) maiores nas variáveis de resistência geral, força e resistência abdominal do que as meninas; o IMC do sexo feminino com idade de 12 e 13 demonstrou ser superior ao do sexo masculino. Nos valores críticos de saúde do IMC, todos os meninos da amostra estão na zona saudável, ao passo que 16% das meninas encontram-se na zona de risco; com relação à resistência geral, os escolares tiveram resultados semelhantes das zonas saudável e de risco com 33% e 66% respectivamente. Em flexibilidade, todos os meninos alcançaram os valores estabelecidos de saúde do PROESP-Br, no entanto, na idade de 13 e 14 anos, as meninas ficaram na zona de risco (33%). **Conclusão:** Diante dos achados, percebe-se a importância da prática de atividade física para a manutenção e/ou melhoria dos níveis de aptidão física relacionada à saúde dos escolares.

Palavras-chave: Educação Física; Atividade física; Qualidade de vida.

O EFEITO DO TREINAMENTO RESISTIDO DE ALTO VOLUME SOBRE O COMPROMETIMENTO MOTOR EM PACIENTES COM DOENÇA DE PARKINSON

André Santos Moreira; Alice Pequeno de Brito; Victória Baía Pinto; Milena Vasconcelos Medeiros; Milena Cristine Moraes Valadares; Clebson Pantoja Pimentel; Pâmela Oliveira da Silva; Erik Artur Cortinhas Alves.

andremoreira_11@hotmail.com

Universidade do Estado do Pará – UEPA.

Introdução: a Doença de Parkinson (DP) é uma patologia neurodegenerativa e progressiva, caracterizada pela diminuição de dopamina na substância negra. Há sintomas motores e não motores como: tremores, bradicinesia, rigidez muscular, além de alterações na fala, humor e escrita. O Treinamento Resistido (TR) é uma alternativa não farmacológica para o auxílio no tratamento da DP. Esta doença afeta a qualidade de vida, causando diversos comprometimentos motores. **Objetivo:** Verificar os efeitos do TR de alto volume nos sintomas motores e não motores em pacientes com DP. **Métodos:** Foram avaliados 12 pacientes ($62,8 \pm 8,9$), de ambos os sexos. Estes foram avaliados antes e após o período de intervenção com Unified Parkinson Disease Rating Scale (UPDRS) que é uma escala que monitora a progressão da DP e é dividida em 4 domínios, Parte I: Aspectos Não Motores das Experiências da Vida Diária, Parte II: Aspectos Motores de Experiências da Vida Diária, Parte III: Avaliação Motora e Parte IV: Complicações Motoras. O protocolo do TR é o de alto volume (supino sentado, levantamento terra, remada unilateral, stiff, tração, cadeira extensora, desenvolvimento, panturrilha e abdominal infra), realizado 2 vezes na semana, 8 a 12 repetições por série e 2 séries por exercício, com intervalo de 1 a 2 minutos de descanso entre as séries e exercícios. Para análise dos dados foi utilizado o Biostat 5.0, o teste Shapiro-Wilk avaliou a normalidade e utilizou-se o teste t de Student para comparar os grupos. **Resultados:** Foi observada melhora significativa ($p < 0,007$) nos grupos de modo geral antes e após as sessões de treino. Na parte I - Antes = $6,5 \pm 2,5$ e Depois = $6,4 \pm 2,7$ não houve diferença significativa ($p = 0,9$), na parte II - Antes = $13,5 \pm 6,3$ e Depois = $7,3 \pm 3,8$ houve melhora ($p < 0,003$), na parte III - Antes = $36,1 \pm 18,1$ e Depois = $27,5 \pm 11,9$ houve diferença ($p < 0,019$) e na parte IV - Antes = $1,1 \pm 0,9$ e Depois = $1,0 \pm 0,7$ não houve diferença significativa ($p = 0,6$). **Conclusão:** Os resultados deste estudo evidenciam que a prática de exercícios é muito importante para os pacientes com DP, pois ocorrem melhoras na funcionalidade dessa população.

Palavras-chave: Sintomas motores; qualidade de vida; UPDRS.

ANÁLISE DO IMPACTO DA INCONTINÊNCIA URINÁRIA EM IDOSOS PRATICANTES DE ATIVIDADE FÍSICA E IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS: UM ESTUDO COMPARATIVO

Joyce Lobato da Costa; Ana Caroline dos Santos Barbosa; Daniela Ferreira Leite; Elissa Raissa Siqueira do Nascimento; Renato da Costa Teixeira.

joyce97cl@outlook.com.

Universidade do Estado do Pará (UEPA).

Introdução: O conceito de saúde para o idoso é resultante da interação multidimensional entre saúde física e psicossocial. Dentre os fatores que interferem negativamente na vida do idoso, está a incontinência urinária (IU), sendo definida como a perda involuntária de urina, o que leva a transtornos biopsicossociais. Nesse sentido, é fundamental a adoção de um estilo de vida saudável, como a prática de atividade física para prevenção de patologias e manutenção da independência funcional (MORENO, 2019). Em contrapartida, idosos institucionalizados possuem hábitos sedentários, com maior prevalência de dependência e casos de IU o que conseqüentemente, leva a uma redução na qualidade de vida (CARVALHO, 2014). **Objetivo:** Analisar o impacto da incontinência urinária entre idosos praticantes de atividades físicas e idosos institucionalizados. **Métodos:** Estudo transversal, prospectivo e observacional, aprovado pelo CEP/UEPA sob parecer 2.951.022. A coleta de dados foi realizada com idosos praticantes de exercícios resistidos no Laboratório de Exercícios Resistidos e Saúde (LERES) e na instituição de longa permanência Lar Divina Providencia. A amostra foi composta por 30 idosos, sendo 15 idosos de cada grupo. Foram excluídos os idosos analfabetos, com sequelas neurológicas, reumatológica ou ortopédica. Inicialmente os participantes assinaram o TCLE e após foi aplicado o instrumento “King’s Health Questionnaire” (KHQ), contendo 30 perguntas, dividido em nove domínios. A última etapa foi a análise estatística, utilizando-se do pacote estatístico Biostat 5.0. **Resultados:** A média de idade dos idosos institucionalizados foi de 73 anos e dos praticantes de atividade física foi de 70 anos. A média de cada domínio do KHQ para o grupo dos idosos do LERES foi: Percepção geral da saúde (1,93); Impacto da IU (4,46); Limitações das atividades de vida diárias (2,26); Relações pessoais (1,73); Emoções (1,2); Sono/ Energia (1,73); Medidas de Gravidade (3,13); Frequência de IU (6) e Intensidade da IU (3,8). E para o grupo institucionalizado foi: Percepção geral da saúde (1,89); Impacto da IU (3,06); Limitações das atividades de vida diárias (1,57); Relações pessoais (1,07); Emoções (1,07); Sono/ Energia (1,80); Medidas de gravidade (1,88); Frequência de IU (5,15) e Intensidade da IU (1,57). **Conclusão:** Percebeu-se, que ambos os grupos obtiveram escores altos nos domínios Impacto da IU e Frequência de IU que reporta a IU ser prevalente entre os grupos. O impacto que a incontinência acarreta na vida social leva a restrições quanto a frequentar lugares públicos, realizar atividades, viajar, dormir fora de casa e visitar os amigos, por exemplo.

Palavras-chave: Envelhecimento; Exercício Físico; Saúde do Idoso.

Agradecimentos ao Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPQ) pelo financiamento da pesquisa.



O TREINAMENTO RESISTIDO PODE SER USADO COMO TRATAMENTO PARA REDUZIR A DOR CRÔNICA EM PACIENTES COM DOENÇA DE PARKINSON

Angelo de Moraes Pereira; Nayara Matoso da Silva; André Santos Moreira; Milena Cristine Valadares; Fernando Tavora Leão; Geanderson Sousa Réis; Clebson Pantoja Pimentel; Pâmela Oliveira da Silva; Erik Artur Cortinhas Alves.

angelodemoraes07@gmail.com

Universidade do Estado do Pará.

Introdução: A doença de Parkinson é uma patologia neurodegenerativa que afeta o sistema nervoso central, resultando em uma perda da capacidade motora. Um dos grandes desafios que os indivíduos com doença de Parkinson enfrentam são as dores crônicas; Em cada indivíduo com parkinson, pode surgir em diversos segmentos e em uma determinada intensidade, sendo a região lombar e as pernas, as regiões mais frequentemente relatadas o acometimento dessas dores. A prática regular do Treinamento de força (TF) tem sido apresentado como eficiente na redução das dores, devido ao fortalecimento dos grupamentos musculares. **Objetivo:** Investigar a influência do TF na diminuição das dores crônicas em idosos com DP. **Métodos:** Uma amostra de 15 indivíduos ($65,3 \pm 4,3$ anos) de ambos os sexos diagnosticados clinicamente com DP foi submetida a um programa de treinamento resistido de 16 semanas (em dias não consecutivos). O protocolo de exercícios resistidos (2x series de 8-12 repetições) foi composto de supino sentado, remada unilateral, panturrilha em pé, levantamento terra e abdominal infra. A avaliação da dor foi realizada antes e após a intervenção com exercício, usando o questionário da Escala de dor na Doença de Parkinson de king. Para análise estatística utilizou-se o SPSS v.21. o teste de Shapiro-Wilk foi utilizado para verificar a normalidade O teste t de student para amostras pareadas foi usado para analisar os índices de dor e qualidade de vida antes e após o programa de treinamento resistido. Considerou-se $p < 0,05$ como estatisticamente significativo. **Resultados:** Após a intervenção com o TR foi observado diminuição significativa ($p < 0,0001$) da dor. A primeira avaliação apresentou uma média de $40,7 \pm 6$ e após a prática de TF, o escore de dor relatado pelos pacientes foi de $22,5 \pm 5$. **Conclusão:** Conclui-se que a prática de exercício físico regular precisa ser considerado parte essencial para o tratamento de indivíduos com doenças neurodegenerativa, principalmente na doença de parkinson, em que o treinamento resistido proporcionou melhoria significativos nos níveis de dor crônica.

Palavras-chave: Treinamento de força; Idosos; indivíduos; pratica de exercício.

NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E FATORES ASSOCIADOS DE PESSOAS COM TRANSTORNO MENTAL: ESTUDO PILOTO

Lívia Patrícia da Silva Nascimento; Márcio José Andrade da Silva Andrade; Renan Barbosa da Silva; Rosivan Pimenta de Souza.

lyvianascimento@hotmail.com.

Fundação Hospital de Clínicas Gaspar Vianna (FHCGV)

Introdução: Os transtornos mentais são agravos não infecciosos, de diversas manifestações, com apresentação de sintomas emocionais e comportamentais, comprometendo as relações interpessoais, com grave impacto econômico e social. A atividade física está diretamente relacionada à saúde mental. O alto índice de inatividade física é um grande desafio na promoção de saúde pública global, evidências comprovam sua associação a diversas doenças. **Objetivo:** Identificar o nível de atividade física e seus fatores associados em pessoas com transtorno mental atendidas no serviço hospitalar de saúde mental. **Metodologia:** Trata-se de um estudo piloto, configura uma pesquisa transversal e analítica com abordagem quantitativa, aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Hospital Gaspar Vianna. Foram incluídos pacientes, com idades entre 18 a 45 anos, admitidos no serviço hospitalar de saúde mental, no período de 01 a 07 de outubro de 2019. Foi realizada avaliação física, Teste de caminhada de seis minutos (TC6M) e entrevista para investigar a prática de atividades físicas, lazer e autocuidado. **Resultados:** Foram incluídos 5 homens e 5 mulheres, 5 pacientes foram excluídos devido apresentarem delírios durante o TC6M. A incidência dos diagnósticos foram 4 Transtorno Afetivo Bipolar, 3 Psicoses não Orgânica, 2 Esquizofrenia, 1 Depressão Grave. A maioria dos pacientes (8) residem no interior do Estado, todos os pacientes estavam abaixo do peso, nunca tiveram emprego fixo, com baixa escolaridade e nível de atividade física, na comparação entre gêneros, as mulheres são mais ativas em relação aos afazeres domésticos, os homens apresentaram melhor desempenho no TC6M, porém, com maior variação nas frequências cardíacas pré e pós teste, todos com múltiplas hospitalizações, motivo atual da internação: Recusa da medicação (mais de 8 dias), sono prejudicado (em vigília a mais de 3 dias) e agressividade. Somente os pacientes da capital frequentavam o CAPS, apenas 1 participava do grupo de exercício físico com apenas 1 encontro semanal. **Conclusão:** A amostra apresentou diagnósticos variados, baixo nível de atividade física, com significativos problemas sociais, sem serviço especializado em seu município de origem. A versão final do estudo contemplará amostragem mais numerosa, visando dados mais consistentes, a fim de fomentar um olhar crítico em relação ao nível de atividade física, assim fornecer subsídios para o aprimoramento do serviço nas Redes de Suporte voltadas à saúde mental por meio da prática regular de atividades físicas. Logo, é necessário debater a problemática e se (re)pensar propostas de melhoria e promoção de ações voltada as necessidades desta população.

Palavras-chave: Saúde Mental; Exercício Físico; Políticas Públicas.

DEPENDÊNCIA DE EXERCÍCIO E ESTADO DE HUMOR EM PRATICANTES DE MUSCULAÇÃO.

Pablo Sousa Silva; Daniel Alvarez Pires.

sousapablo36@gmail.com.

Universidade Federal do Pará.

Introdução: A prática de exercícios físicos é considerada um comportamento positivo, devido aos seus benefícios à saúde e condicionamento físico dos seus praticantes. E dentre as possibilidades de prática, está o treinamento resistido realizado em academias, que tem se popularizado ao longo dos anos. Apesar disso, indícios na literatura apontam que a prática excessiva de exercícios pode causar alguns malefícios, entre eles a compulsão ou dependência de exercício (DE). A DE é compreendida como uma ânsia por exercício físico e um comportamento incontrolável em praticá-lo de forma excessiva, que se manifesta por sintomas fisiológicos de tolerância e abstinência e/ou psicológicos relacionados a transtornos de humor, como ansiedade, depressão e irritabilidade, quando interrompida a prática de exercícios. Estudos utilizando questionários identificam diversos fatores de risco para a DE. E uma relação positiva com outros comportamentos dependentes são observados. Indivíduos com tendências de ansiedade, impulsividade e extroversão tem maior risco de desenvolver uma dependência ao exercício. Dados na literatura revelam que o risco de DE varia de acordo com a atividade realizada, com a incidência relatada de até 25% em corredores e 30% em triatletas, porém, pouco foi encontrado em relação a praticantes de musculação. Diante do exposto anteriormente, a DE é maléfica para os indivíduos devido ao seu efeito negativo no humor dos praticantes em caso de abstinência. E apesar do grande número de praticantes de musculação no Brasil, há poucos indícios da relação entre a DE e transtornos de humor neste público. **Objetivo:** Portanto, o objetivo deste estudo é correlacionar escores de dependência de exercício e estado de humor em praticantes de musculação. Para isso, participaram deste estudo 24 mulheres e 25 homens, praticantes regulares de musculação com, no mínimo, 6 meses de prática. Os voluntários responderam uma bateria de questionários em sessão única, em um dia que não praticaram exercícios. Foram aplicados um questionário sociodemográfico, a Escala de Dependência de Exercício Revisada, a Escala de Humor de Brunel (BRUMS), bem como o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). **Resultados:** Os resultados não apresentaram nenhuma correlação significativa entre as variáveis de humor e DE, embora tenha sido observada uma correlação de 0,376($p < 0,01$) entre o fator de dependência Controle de Efeito e a subescala de humor Raiva, porém foi considerada uma correlação fraca. **Conclusão:** Portanto, conclui-se que, apesar da Dependência de exercício apresentar alterações psicológicas aos considerados dependentes, no nosso estudo, não houve correlação entre o humor e a DE.

Palavras-chave: exercício compulsivo; transtorno de humor; escala de dependência.



A INFLUÊNCIA PARENTAL EM JOVENS NADADORES NOS ASPECTOS MOTIVACIONAIS PARA A PRÁTICA DA NATAÇÃO

Bianca de Sousa Maciel; Daniel Alvarez Pires.

bsmaciel23@gmail.com.

Universidade Federal do Pará- UFPA

Introdução: Durante a infância, o suporte parental é um fator importante para a formação da motivação. Em relação à prática esportiva, a motivação torna-se o fator determinante para a aprendizagem e continuidade da prática. Entretanto, a rejeição e superproteção são fatores que podem agir como catalizador da motivação e da desmotivação relacionadas ao esporte (DO NASCIMENTO JÚNIOR et al., 2017). Através de exemplos dos familiares, incentivos positivos e críticas construtivas, é possível que todas essas ações influenciem a criança à obtenção de um desenvolvimento adequado, adquirindo também controle, autoestima e consciência de que seus responsáveis são agentes incentivadores (FONSECA; STELA, 2015). **Objetivo:** O objetivo deste estudo foi identificar os fatores parentais determinantes para a participação dos filhos (as) na natação competitiva. **Metodologia:** Participaram do estudo 21 atletas, sendo 9 atletas mulheres com idades entre 9 a 14 anos (± 11.8 anos), e 12 atletas homens com idades entre 10 a 17 anos, (± 14.4 anos). O instrumento utilizado para a coleta de dados foi uma entrevista semiaberta baseada no Questionário de Comportamentos Parentais no Desporto (QCPD) - Versões para atletas (GOMES, 2010). Utilizou-se a técnica de Análise de Conteúdo Temática (BARDIN, 2011). **Resultados:** Foram identificadas 10 unidades de registro comum entre atletas homens e mulheres: apoio, incentivo, satisfação dos pais em ver os filhos praticando natação/competindo, conselhos, influência na escolha do esporte, reação do responsável em relação ao bom rendimento, reação do responsável em relação ao mau rendimento, presença dos responsáveis nos treinos/competições, a importância do atleta se tornar profissional no futuro e auxílio financeiro. Outras 4 unidades de registro foram abordadas apenas pelos atletas homens: interesse dos pais na prática esportiva, ausência de interesse dos pais na prática esportiva, ausência dos responsáveis nos treinos e competições e falta de oportunidades no estado do Pará. E 1 unidade de registro foi abordado apenas pelas mulheres: motivação. **Conclusão:** Dessa forma, compreende-se que os responsáveis são agentes incentivadores e que o suporte emocional é importante para o desenvolvimento corporal e mental das crianças/jovens. O desacompanhamento familiar gera desmotivação, rejeição, abandono da prática. Entretanto, a superproteção também é prejudicial para a evolução do atleta. O equilíbrio mostra ser o melhor caminho a ser colocado em prática, sendo necessário tomar cuidado para que o valor monetário oferecido pelo esporte não seja atração principal, que o vencer não seja o único objetivo, ao contrário a isso é importante que os responsáveis demonstrem afeto e contribuições financeiras.

Palavras-Chave: família; atletas; esporte; intervenção.



EFEITOS DO TREINAMENTO RESISTIDO EM UMA PACIENTE PSIQUIÁTRICA INSTITUCIONALIZADA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA.

Rômulo Teixeira dos Santos; Marcos Paulo Costa Lima; Rosivan Pimenta de Souza; Lígia Gizely dos Santos Chaves Melo.

santosromulo09@gmail.com

Universidade do Estado do Pará, Fundação Hospital de Clínicas Gaspar Vianna.

INTRODUÇÃO: A prática do exercício resistido (ER) como modalidade terapêutica inserida no contexto de vida da pessoa com transtorno mental vem sendo compreendida como um meio destacado de gerar benefícios para a saúde. Destacando-se especialmente quando o ER está em aplicação dirigida a pessoas institucionalizadas, amenizando a sensação de isolamento, tornando a pessoa mais envolvida e cooperativa nas atividades em que participa melhorando sua disposição física, aumentando a sua autoestima, bem como reduzindo a ociosidade e melhorando fatores psicofísicos. **OBJETIVO:** Verificar os efeitos do treinamento resistido nos exames físicos e bioquímicos de uma paciente psiquiátrica institucionalizada. **MÉTODO:** Trata-se de um estudo descritivo com abordagem quantitativo, do tipo relato de experiência, realizado por profissionais residentes de educação física do Programa da Atenção à Saúde Mental- FHCGV, no setor de internação breve-SIB, cuja a paciente M. S. M., de sessenta e cinco anos, foi admitida, com avaliação médica com o CID F29. Além de seu caso psiquiátrico a paciente apresentava diabetes tipo II e dislipidemia. Realizou-se primeiramente um hemograma completo e uma avaliação física da paciente antes da intervenção com o Exercício Resistido. A paciente foi submetida a um treinamento 3 vezes por semana com duração de 30min durante dois meses, eram realizados 4 exercícios com 3 séries e 8 repetições, sendo 1 exercício para cada grupo muscular. Após os dois meses de treinamento foram realizados novamente o exame de hemograma completo e a avaliação física para verificar qual o efeito do treinamento resistido nos exames físicos e bioquímicos da paciente. **RESULTADOS:** Com os resultados do Hemograma foi observado que houve uma melhora estatística significativa na Glicemia de Jejum (PRÉ: 112 mg/dL; PÓS:71mg/dL), no Colesterol Total (PRÉ: 231 mg/dL; PÓS: 217 mg/dL), e no Triglicerídeos (PRÉ: 98 mg/dL ; PÓS: 80 mg/dL) e na Avaliação Física foi observado que houver melhora na Massa Magra (PRÉ: 36,028 Kg ; PÓS: 38,713 Kg), no Percentual de Gordura (PRÉ: 19,85%; PÓS: 17,63%) e no exame de prensão Manual com Dinamômetro houve uma melhora estatística significativa na força da paciente (PRÉ: Mão direita: 1 Kg/f Mão esquerda: 0 kg/f; PÓS: Mão direita: 2 Kg/f Mão esquerda: 1 kg/f). **CONCLUSÃO:** Portanto, pode-se perceber que o treinamento resistido foi eficaz na melhora significativa de alguns fatores nos exames físicos e bioquímicos de uma paciente psiquiátrica institucionalizada.

Palavras-Chave: Exercício Resistido; Psiquiatria; Educação Física.

EFEITOS DO TREINAMENTO RESISTIDO E AERÓBIO NA PRESSÃO ARTERIAL DE IDOSOS HIPERTENSOS

Maura Karoline Lima da Silva; João Gabriel Albuquerque Bastos; Dayanne da Mota Ferreira; Mayko Guimarães Nascimento; João Diogo Monteiro mesquita; Rejane Pequeno Rodrigues; Odilon Abrahin.

mauralima.w@gmail.com

Universidade do Estado do Pará (UEPa). Curso de Educação Física. Laboratório de Exercício Resistido e Saúde (LERES).

Introdução: A hipertensão arterial é uma doença crônica com baixa taxa de controle e alta prevalência, sobretudo em sujeitos sedentários e idosos. Por outro lado, diversas ferramentas farmacológicas e não farmacológicas podem ser utilizadas para reduzir/amenizar o desenvolvimento da hipertensão arterial. Entre as intervenções não farmacológicas para a prevenção e o tratamento desta doença, o exercício físico é a ferramenta mais promissora. **Objetivo:** Analisar cronicamente os efeitos de diferentes exercícios (aeróbico vs resistido) sobre os marcadores hemodinâmicos de paciente hipertensos. **Métodos:** quatorze idosos hipertensos estágio I foram divididos randomicamente em dois grupos a) Grupo treinamento resistido (TR) n = 8; b) Grupo treinamento aeróbico (TA) n = 6. Foram incluídos somente idosos diagnosticados com hipertensão e que apresentassem liberação médica para a prática de exercício físico. Foram excluídos os participantes que apresentaram frequência de treinamento inferior a 75%. O grupo TA realizou o treinamento no cicloergômetro (5' de aquecimento, 30' parte principal e 5' volta a calma) com aumento progressivo de intensidade 50-80% da frequência cardíaca de treino. O grupo TR realizou duas séries, entre seis a dez repetições nos seguintes exercícios: Agachamento, supino na máquina, remada baixa, cadeira flexora, panturrilha e abdominal. Para a determinação da carga de trabalho, foi adotado o método de aproximação sucessiva para uma determinada faixa de repetições (6 a 10). Durante todas as sessões a escala de OMNI será utilizada para auxiliar na percepção subjetiva de esforço (6-8) na escala de 0 a 10. Foi aplicado o teste de Shapiro-Wilk para verificar se as amostras apresentavam distribuições normais. Foi utilizada ANOVA simples para medidas repetidas com o objetivo de comparar as diferenças de médias das variáveis em diferentes momentos (baseline, 1º, 2º e 3º mês). **Resultados:** Após 12 semanas de TA (pré 131.00±11.34, pós 116.13±6.65*) e TR (pré 136.00±14.97, pós 125.45±6.82*) ambos os grupos reduziram significativa ($p>0,05$) a pressão arterial sistólica. Não ocorreram reduções significativas na pressão arterial diastólica e frequência cardíaca de repouso após 12 semanas de TA e TR. **Conclusão:** Os resultados do nosso estudo indicam que 12 semanas de treinamento aeróbico e resistido reduzem a pressão arterial sistólica de idosos hipertensos.

Palavras-chave: Hipertensão; Treinamento de força; Exercício.

PREVALÊNCIA DOS FATORES DE RISCOS CARDIOVASCULARES EM IDOSOS FREQUENTADORES DA PRAÇA DA REPÚBLICA EM BELÉM (PA)

Thais de Oliveira Cardoso Brandão¹; Daniele Magalhães Souza²; Carmen Franquasy Martins Nascimento³; Higson Rodrigues Coelho⁴; Anderson Bentes de Lima⁵.

profthais.brandao@gmail.com.

1 - Mestranda do programa de pós graduação de cirurgia e pesquisa experimental (CIPE) da Universidade do Estado do Pará (UEPA). Membro do Grupo de Pesquisa Núcleo de estudo e pesquisa em saúde da Amazônia (NUPESA)

2 - Pós graduanda em Personal Trainer e Grupos Especiais pela FINAMA;

3 - Discente do Curso de Bacharelado em Educação Física da UNIFAMAZ;

4 - Docente no programa de pós graduação cirurgia e pesquisa experimental na Universidade do Estado do Pará (UEPA).

Introdução: A população idosa vem aumentando de forma progressiva no Brasil, estima-se que em 2025 a população idosa será de 32 milhões, o adequado estado da composição corporal ao longo da vida é considerado um fator determinando para a longevidade bem sucedida, tendo ao longo do processo de envelhecimento diversas alterações fisiológicas, que tem importantes implicações sobre o estado de saúde. **Objetivos:** verificar a prevalência dos fatores de riscos cardiovasculares em idosos frequentadores da Praça da República em Belém (PA). **Métodos:** trata-se de um estudo transversal, com amostra aleatória, indivíduos de ambos os gêneros, idade entre 60 e 88 anos, foram avaliados 23 indivíduos na Praça da República em Belém-PA, através da atividade de ação em saúde realizada em 2018.1 pelos acadêmicos do curso de bacharelado em Educação Física do Centro Universitário Metropolitano da Amazônia (UNIFAMAZ), através da disciplina Estágio Supervisionado II em Atenção Básica/NASF. Para análise dos dados utilizou-se a estatística descritiva com valores de médias, desvio padrão e percenuais. Foram aferidos dados antropométricos para avaliação da composição corporal, tais como, peso, altura e Índice de Massa Corporal (IMC), além da avaliação da Pressão Arterial (PA) e Glicemia. **Resultados:** observou-se que 57% dos avaliados eram do gênero feminino e 43% masculino, apresentando média de idade de $68,09 \pm 6,13$. Em relação ao IMC 52% encontram-se com sobrepeso, tendo prevalência entre os homens com 60%. No que tange níveis de Glicemia e PA, 96% eram normoglicêmicos e 43% era classificados como hipertenso estágio II, mostrando também resultados elevados em relação ao gênero masculino com 60%. **Conclusão:** com base nos dados do presente estudo, verificou-se que a maioria dos avaliados encontravam-se acima do peso quanto ao IMC e apresentavam resultados elevados em relação a pressão arterial.

Palavras-chave: Envelhecimento; Risco Cardiovascular; Longevidade.



NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DE DISCENTES DO SEXO FEMININO DE UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR EM BELÉM-PA

Renan Wallace Guimarães da Rocha; Diemmerson Adam's Rodrigues da Costa; Moisés Costa Silva.

renanwallace7@hotmail.com.

Centro Universitário Metropolitano da Amazônia (UNIFAMAZ). Belém, Pará, Brasil.

Introdução: O sedentarismo vem crescendo cada dia mais na população mundial, e a dificuldade para atingir os níveis de atividade física recomendados só aumenta, principalmente para estudantes universitários que tem uma vida bastante atarefada. (EL-GIIANY, 2017). **Objetivo:** Verificar qual o nível de atividade física das discentes de educação física do sexo feminino de uma instituição de nível superior. **Método:** Foi realizada uma investigação sobre o nível de atividade física das estudantes do gênero feminino do curso de Bacharelado em Educação Física de uma Instituição de Ensino Superior (IES) de Belém do Pará. O estudo foi descritivo. A coleta de dados foi realizada no mês de novembro de 2017 na Faculdade Metropolitana da Amazônia, com 93 alunas, do qual todos assinaram o TCLE. Para coleta de dados foi utilizado o IPAQ, em sua versão curta. Após coleta de dados, os mesmos foram descritos e tabulados com o auxílio do Software Word e Excel, versão 2016, para realizar a estatística descritiva. **Resultados:** A maior parte das estudantes investigadas do curso foram avaliadas como muito ativas representando 48,39% dos estudantes entrevistados, 15,05% foram classificadas como ativas, 35,48% estavam classificadas como insuficientemente ativas e 1,08% da amostra foi classificada como sedentária. **Conclusão:** Diante do exposto, pode-se concluir que grande parte das discentes atingem o nível de atividade física recomendado, porém uma parte relevante das estudantes não atingem e isso se torna preocupante.

Palavras Chaves: IPAQ, Sedentarismo, Fisicamente Ativo.

PERCEPÇÃO DA IMAGEM CORPORAL DE MULHERES PRATICANTES DE MUSCULAÇÃO.

Marília Gabriela Santos da Silva; Renata Silva da Conceição, Daniel Alvarez Pires; Juciléia Barbosa Bezerra.

marilia.ufpa10@gmail.com.

Universidade Federal do Pará.

Introdução. A insatisfação com a imagem corporal parece ser uma condição presente em muitas mulheres e a prática de exercício físico pode ser uma estratégia capaz de promover satisfação com a imagem do corpo. **Objetivo.** O presente estudo teve como principal objetivo avaliar a percepção com a imagem corporal em mulheres praticantes de musculação. **Métodos.** A amostra foi constituída por 40 mulheres adultas com média de 29 anos de idade e foram divididas em dois grupos conforme o tempo que praticavam musculação e assim foi determinado como Grupo Iniciantes (GI): praticantes de musculação no período de até 6 meses e Grupo Veteranas (GV): praticantes de musculação com período maior que 6 meses. Para a avaliação da Imagem Corporal foi utilizado o questionário da Escala de Silhueta de acordo com Stunkard, Sorensen, Schlusinger (1983) apud Pereira et al. (2009) que avalia a satisfação com a imagem corporal. Esse questionário apresenta silhuetas de 1 a 9 e sua aplicação foi realizada nos dois grupos. A partir da observação das silhuetas identificarem a imagem real e ideal. Após a coleta dos dados foi realizada a subtração do valor da Imagem Real com a Imagem Ideal, sendo os valores negativos relacionados a insatisfação por magreza, os valores positivos para excesso de peso e iguais a zero para satisfação com a imagem. **Resultados.** Foram observadas insatisfação com a imagem corporal em ambos os grupos. No GV, das 20 entrevistadas, 18 apresentaram insatisfação por excesso de peso, isso porque os valores da subtração variaram entre 1, 2, 3 e 4 e duas demonstraram insatisfação por magreza, com o valor de -1. Já no GI, das 20 participantes, 18 apresentaram insatisfação por excesso de peso, com variação de 1, 2 e 3 e insatisfação por magreza, identificada em 2 participantes, com variação de -1 e -2. **Conclusão.** A maioria das mulheres, de ambos os grupos, apresentou insatisfação por excesso de peso.

Palavras-chave: Insatisfação; Obesidade; Magreza; Exercício Físico.

Agradecimentos: Pró-reitoria de Pesquisa e Pós-graduação (PROPESP) / Universidade Federal do Pará (UFPA).

INDICADORES DE MOTIVAÇÃO NA PRÁTICA DE EXERCÍCIO FÍSICO EM IDOSOS

Victória Maciel Santana; Daniel Alvarez Pires.

vicpinheiro@hotmail.com

Universidade Federal do Pará (UFPA), Campus de Castanhal.

Introdução: os idosos costumam levar em consideração a importância que a atividade física tem para seu bem-estar, principalmente na melhoria da qualidade de vida e na prevenção de doenças (RIBEIRO, 2012). Logo, a motivação é fator indispensável no cotidiano de um indivíduo, haja vista que é o fato de o sujeito encontrar-se motivado que o impulsionará a uma determinada ação. Motivação implica movimento, ativação, por isso, para descrever um estado altamente motivado, são utilizados termos como: excitação, energia, intensidade e ativação (MONTEIRO et al., 2014).

Objetivo: identificar quais fatores motivacionais levam os idosos a praticarem exercício físico no Centro de Referência de Assistência (CRAS) de Santa Maria do Pará. **Métodos:** a pesquisa foi realizada com idosos do projeto “Mais vida na melhor idade”, originado pelo CRAS de Santa Maria do Pará, onde os exercícios físicos exercidos pelo grupo são: dança, hidroginástica e treinamento funcional, distribuídas na terça e quinta. A amostra é composta por 51 mulheres, com idade média de $66,27 \pm 5,85$. Todos os participantes assinaram e estavam cientes do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Os critérios de inclusão adotados: ter idade superior ou igual a 55 anos; frequentar o CRAS pelo menos uma vez na semana. Os instrumentos usados para a coleta dos dados foi um questionário sócio demográfico, e o Inventário de motivação à prática regular de atividade física (IMPRAF-54). Os dados foram analisados pelo pacote estatístico SPSS 20, com o emprego do teste de Kruskal-Wallis e *post hoc* de Wilcoxon. O índice de significância adotado foi $p < 0,05$.

Resultados: Foram observadas diferenças significativas entre os fatores que motivam as idosas a praticarem exercícios físicos. Os fatores motivacionais mais percebidos foram: saúde, sociabilidade, prazer e controle do estresse. De modo contrário, estética e competitividade não foram considerados motivos pelos quais as participantes procuram se exercitar. **Conclusão:** As idosas se sentem motivadas para a prática de atividades físicas em virtude de 4 fatores principais: saúde, sociabilidade, prazer e controle do estresse.

Palavras-chave: qualidade de vida; bem-estar; fatores motivacionais.

O IDOSO COM HANSENÍASE E OS FATORES RELACIONADOS À CAPACIDADE FUNCIONAL: REVISÃO DE LITERATURA.

Dayane Cereja Ferreira da Silva¹; George Alberto Dias da Silva².

dayanecereja01@gmail.com.

1 - Estudante, graduação em Fisioterapia, Universidade do Estado do Pará (UEPA);

2 - Docente, Fisioterapeuta, Universidade do Estado do Pará (UEPA).

Introdução: A hanseníase é uma doença crônica, a qual tem potencial gerador de lesões físicas irreversíveis, levando os pacientes, principalmente idosos, a um baixo nível de qualidade de vida (DOS SANTOS et al, 2019). Nesse sentido, evidenciam-se os impactos físicos (deformações, amputações) e psicossociais permeando o desenvolvimento da doença, além da questão estigmatizante como aspecto ligado às limitações funcionais e à hanseníase propriamente dita (DE SOUZA et al, 2017). **Objetivo(s):** Identificar os fatores associados às incapacidades físicas em idosos atingidos pela hanseníase. **Método(s):** Trata-se de uma Revisão de Literatura, na qual se buscou nas bases de dados: Lilacs, Scielo, Pedro e Pubmed, trabalhos nas línguas inglesa e portuguesa, com a seguinte estratégia de busca: “leprosy and aged and physical”, de 2014 a 2019. Encontraram-se setenta e oito (78) artigos nas bases de dados, sendo eliminados sessenta e nove (69) após leitura de título, três (3) por não atenderem idosos, e um (1) por estar duplicado. **Resultados:** Este estudo foi composto por cinco (5) artigos, nos quais se evidencia o caráter complexo do envelhecer, somado aos acometimentos gerados pela hanseníase (VIANA et al, 2017). Dessa forma, aspectos como dor, desconforto, fadiga, sono, mobilidade, atividades cotidianas, dependência de medicamentos e capacidade de trabalho, verificados em 40% dos artigos analisados, demonstram os efeitos da doença, que são manifestados nas reações hanseníase, a exemplo das incapacidades físicas (SIMÕES et al, 2016; VIANA et al, 2017). Dessa forma, o acometimento físico ocasionado pela hanseníase está relacionado ao aumento da dependência nos idosos e consequente diminuição funcional (DOS SANTOS et al, 2019). Todavia, segundo Nogueira et al (2017), a capacidade funcional dos idosos analisados com hanseníase revelou-se satisfatória, não demonstrando ter influência direta com a doença e com o grau de incapacidade gerado. Entretanto, os estudos de Matos et al (2019) indicam que o crescimento do número de casos de hanseníase em idosos exige profissionais de saúde engajados em ações nas áreas de atenção e desenvolvimento de políticas públicas que trabalhem com programas de controle da doença. **Conclusão:** Assim, é possível observar a diminuição da qualidade de vida dos idosos com hanseníase, afetando diretamente na maior dependência, além de desenvolvimento de dores, desconfortos e deficiências que comprometem a mobilidade/funcionalidade, já deficitária por conta da idade.

Palavras-chave: Envelhecimento; Locomoção; Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde.

ANÁLISE DOS ELEMENTOS PSICOMOTORES EM IDOSOS PRATICANTES DE LIAN GONG

Marta Caroline Araújo da Paixão¹; Caroline Prudente Dias¹; Hélade Beatriz Farias Figueiredo¹; Daniel Bibas Quintanilha Bibas²; Angélica Homobono Nobre³.

martacaroline18@gmail.com

- 1 - Acadêmicas de Fisioterapia da Universidade do Estado do Pará.
- 2 - Acadêmico de Fisioterapia da Universidade Maurício de Nassau.
- 3 - Fisioterapeuta docente da Universidade do Estado do Pará.

Introdução: Psicomotricidade é um termo empregado para uma concepção de movimento organizado e integrado, em função das experiências vividas pelo sujeito cuja ação é resultante de sua individualidade, sua linguagem e sua socialização (ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE PSICOMOTRICIDADE, 2019). Existem elementos na psicomotricidade que permitem o movimento do corpo e o reconhecimento do indivíduo sobre si, como as atividades motoras, o equilíbrio postural, ritmo, lateralidade e conhecimento corporal (SANTOS et al., 2019). O Lian Gong consiste em um conjunto de exercícios realizados de forma coordenada e que trabalha principalmente sobre pescoço, ombros, cintura e pernas (BOBBO, 2018). **Objetivo:** Observar os elementos psicomotores em idosos praticantes do método Lian Gong. **Método(s):** Trata-se de um relato de experiência realizado por acadêmicos de Fisioterapia participantes do projeto de extensão “Prevenção de Agravos Osteomioarticulares Através do Método Lian Gong” da Universidade do Estado do Pará. O estudo ocorreu com 30 indivíduos durante o período de Março a Junho de 2019. Para realização do protocolo foi utilizada a primeira parte dos exercícios Lian Gong que teve duração de 50 minutos e foi aplicado duas vezes por semana durante 20 sessões. Assim, foram analisados de forma qualitativa os elementos psicomotores, tais como lateralidade, coordenação, equilíbrio e orientação quanto ao espaço, dos idosos participantes do método. **Resultados:** No Lian Gong é possível colocar o idoso com o corpo em movimento, o cérebro em produção e a sua alma em alegria, principalmente por ser feito de forma grupal, através das propostas variadas e diversificadas de movimento. Nos atendimentos realizados no projeto, foi trabalhado por meio do método, desde as formas estáticas e dinâmicas de equilíbrio, tonicidade, coordenação, atenção, observação e memória, finalizando cada sessão aplicando um pequeno relaxamento com meditação. Assim, foi possível perceber nas primeiras sessões que os idosos tinham déficits principalmente em movimentos que envolviam lateralidade, coordenação, equilíbrio e orientação quanto ao espaço. Porém no decorrer dos atendimentos houve melhora significativa em relação a esses achados. Dessa forma, observa-se que o método é capaz de trabalhar os elementos da psicomotricidade, predispondo a manutenção das capacidades funcionais e possibilitando melhorar e aprimorar o conhecimento e a percepção do próprio corpo. **Conclusão:** Com o presente estudo foi possível fazer uma correlação da psicomotricidade e a prática do Liang Gong pelos idosos. Ressalta-se importância de se manter o idoso ativo para melhora dos elementos psicomotores, melhorando seu desempenho, sua própria imagem e podendo contribuir para uma melhora na qualidade de vida.

Palavras-chave: Desempenho Psicomotor; Psicomotricidade; Medicina Tradicional Chinesa.

RECURSOS FISIOTERAPÊUTICOS UTILIZADOS NA FACILITAÇÃO DO PARTO VAGINAL: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

Estefanie Emiliano Santos e Silva; Camila Malena Meiguins Brito; Alan Gonçalves Batista; Danielle do Nascimento Campêlo; Jéssica Lorena Barros de Brito; Laura Geovana Santos Costa; Rayane Helena Carpina da Silva; Yoganand Lucas dos Santos Sharma; Mônica Cardoso da Cruz Noronha.

emilianofisio2016@gmail.com

Universidade da Amazônia.

Introdução: O parto vaginal é o método natural do nascimento, como tal sua recuperação é rápida, caso não ocorra nenhuma interferência. Entretanto, este pode produzir ansiedade e insegurança na mãe devido a preocupação com dores no parto. A fisioterapia conta com uma infinidade de recursos como a cinesioterapia, treinos respiratórios, crioterapia, eletroterapia, massoterapia, hidroterapia e orientações posturais, as quais podem proporcionar alívio da dor, relaxamento, conscientização do corpo, melhora da capacidade respiratória, controle muscular e diminuição da ansiedade na hora do parto. **Objetivo:** Identificar quais recursos fisioterapêuticos são utilizados na facilitação do parto vaginal e qual sua eficácia por meio de uma revisão sistemática. **Método:** Revisão sistemática de literatura fundamentada em artigos científicos encontrados nas bases de dados online PubMed, PEDro, SciELO e LILACS. A busca foi realizada pelos autores de Maio a Setembro de 2019 através de múltiplas combinações de descritores em português, espanhol e inglês: recursos fisioterapêuticos, fisioterapia, parto vaginal, gravidez e dor do parto, com a utilização do operador booleano AND. Os critérios de inclusão foram: ensaios clínicos randomizados, período de publicação entre 2009 a 2019, idiomas português, inglês e espanhol, amostra com mulheres primíparas, de gestação única, de baixo risco, que realizaram fisioterapia durante a gestação e/ou durante o parto vaginal. Foi utilizado a escala Jadad para a análise da qualidade metodológica dos estudos. A pesquisa se iniciou com a busca nas bases de dados previamente selecionadas, posteriormente, realizou-se a aplicação dos critérios de inclusão, leitura do título e resumo dos artigos, e leitura completa do texto com aplicação da escala Jadad. **Resultados:** Foram incluídos um total de 25 artigos, dos quais 6 (24%) utilizaram a massagem, 5 (20%) a acupuntura, 5 (20%) a acupressão, 3 (12%) a bola suíça, 3 (12%) a ducha, 2 (8%) a terapia de calor, 1 (4%) a estimulação elétrica nervosa transcutânea, 1 (4%) o suporte materno, 1 (4%) a compressa fria, 1 (4%) o relaxamento, 1 (4%) o banho de imersão e 1 (4%) a posição ereta. Alguns dos estudos utilizaram estas intervenções de forma combinada. **Conclusão:** A partir da análise dos artigos selecionados, pôde-se concluir que, os recursos fisioterapêuticos citados na pesquisa se mostraram eficazes na facilitação do parto vaginal, contribuindo para o alívio da dor, diminuição da duração do trabalho de parto e aumento da confiança da mãe em relação ao seu próprio corpo. A massagem foi a intervenção analisada que se mostrou mais eficaz dentre os estudos.

Palavras-chave: Intervenção; Fisioterapia; Gravidez.

EFEITOS DO TREINAMENTO RESISTIDO ASSOCIADO AO TREINAMENTO FUNCIONAL NO EQUILÍBRIO E INCIDÊNCIA DE QUEDAS EM UM INDIVÍDUO COM DOENÇA DE PARKINSON

Nayara Matoso da Silva; Denilson Barbosa Montenegro; Rômulo Melo de Castro; Geisiane Conceição da Silva; Eleitícia Guerreiro da Trindade; Pâmela Oliveira da Silva; Erik Arthur Cortinhas Alves.

nayara.matoso@hotmail.com.

Universidade do Estado do Pará

Introdução: A doença de Parkinson (DP), é um distúrbio neurodegenerativo progressivo e crônico, caracterizado por provocar sintomas motores e não motores. Esta patologia apresenta estágios de intensidade leve à grave, que conforme o avanço, sintomas tais como postura cifótica, alterações na marcha e principalmente desequilíbrios, tornam-se mais evidentes, por conferir uma alta incidência de quedas, e conseqüente redução da qualidade de vida em idosos com DP. Embora o Treinamento de força (TF) seja uma intervenção altamente recomendada para o tratamento da doença, este associado ao Treinamento funcional específico tem promovido melhorias mais significativas a nível motor e não motor da doença. **Objetivo:** Investigar a influência da prática do TF associado ao Treinamento funcional específico no equilíbrio e incidência de quedas em um idoso com DP. **Método:** Pesquisa quantitativa, pré-experimental, com pré e pós-testes; utilizou-se o questionário da Escala de Equilíbrio de Berg (EEB), para mensurar os níveis de equilíbrio estático e dinâmico e a Escala Internacional de Eficácia de Quedas (FES-I), para avaliar a preocupação do paciente com relação as quedas. Participou da pesquisa um indivíduo com idade de 63 anos e diagnosticado com a doença, no estágio grave. Após 16 sessões de TF constituído por um protocolo de exercícios de alto volume, combinado com Treinamento funcional específico para marcha e equilíbrio: Trabalho de isometria com caneleiras, exercícios de marcha alta com e sem deslocamento, realizados durante a prática do Treinamento resistido, com frequência de 2 vezes por semana, realizou-se o pós-teste. **Resultados:** O paciente obteve melhorias significativas tanto nos níveis de equilíbrio, passando de um score de 26 para 56 no teste EEB, quanto na diminuição do risco e índice de quedas, em que de um score de 50 passou para 17 no FES-I, que representa uma menor preocupação e possibilidades de desequilíbrio. **Conclusão:** Conclui-se que a prática do Treinamento resistido associado ao Treinamento funcional específico promove melhorias mais significativas dos sintomas motores e não motores da DP, mas especificamente, do equilíbrio, auxiliando no processo de reabilitação, e otimização da funcionalidade. Com isso, proporcionando drástica diminuição do índice de quedas, além de conferir o aumento da qualidade de vida.

Palavras-Chave: Parkinson; Idosos; Treinamento; Desequilíbrio; Quedas.

COMPARAÇÃO ENTRE EQUILÍBRIO DINÂMICO E CAPACIDADE FUNCIONAL EM IDOSOS COMUNITÁRIOS COM HISTÓRICO OU NÃO DE QUEDA

Julienne Corrêa Barbosa; Márcia Gabrielle de Brito Moraes; Talita Santos de Souza; Mikeli Dutra Ferreira; Natália Albim Linhares; Ana Paula de Souza Franco; Josilayne Patricia Ramos Carvalho; Natáli Valim Oliver Bento Torres e Maurício Oliveira Magalhães.

julienecorreab@gmail.com.

Faculdade de Fisioterapia, Universidade Federal do Pará (UFPA).

Introdução: O envelhecimento populacional é um fato inevitável e característico tanto de países desenvolvidos como em desenvolvimento, sendo as quedas o principal problema de cuidado à saúde da população idosa. Estima-se que aproximadamente 1/3 dos idosos com mais de 65 anos experimentam quedas anualmente. Vários fatores de risco para a ocorrência de quedas em idosos têm sido relatados, como alterações do equilíbrio, fatores biológicos, ambientais, comportamentais e sociais, o que pode contribuir para a redução do bem-estar e da qualidade de vida. **Objetivos:** Comparar equilíbrio dinâmico e capacidade funcional em idosos comunitários que relataram quedas ou não no último ano. **Método(s):** Trata-se de um estudo transversal com 29 idosos comunitários avaliados na instituição Casa do Pão em Belém (PA). A análise estatística consistiu inicialmente nas características sociodemográficas, clínicas, físicas e funcionais dos idosos. Além disso, foi realizado a comparação entre as variáveis equilíbrio dinâmico (Mini Best Test) e capacidade funcional (Timed Up And Go: TUG) entre idosos que com histórico quedas ou não no último ano. A análise estatística foi realizada através do Mann-Whitney devido ao resultado do teste de normalidade dos dados pelo Kolmogorov-Sminov. Foram considerados significantes valores de $p < 0,05$. **Resultados:** As idosas eram do gênero feminino (100%), maioria viúva (37,9%) e com idade média de 71,5 anos (DP \pm 5,5). Dessas, 15 idosas relataram queda no último ano (51,7%). O teste de Mann-Whitney mostrou que o relato de queda no último ano não tem efeito no escore no tempo do TUG ($p=0,23$) e no escore total no Mini Best Test ($p=0,67$). **Conclusão:** A presença de quedas parece não ter influência significativa com os resultados do Mini Best Test e do Timed Up And Go.

Palavras-chave: Envelhecimento; Mini Best Test; Timed Up And Go.

Apoio financeiro: PROEX/UFPA

EFEITOS DO MÉTODO PILATES NA DIMINUIÇÃO DA DOR E FLEXIBILIDADE EM IDOSOS COM LOMBALGIA CRÔNICA

Jaqueline Pinheiro da Silva; Angélica Homobono Nobre.

jacquelinepinheiro2017@gmail.com.

Universidade do Estado do Pará.

Introdução: A lombalgia crônica decorre de um série de fatores sociodemográficos, comportamentais e exposições ergonômicas. Segundo Leopoldino *et al* (2016), o aumento da população idosa no Brasil está relacionado com o respectivo aumento dos casos de lombalgias. Deve-se destacar que essa afecção crônica além de provocar impactos na qualidade de vida também ocasiona custos para o serviço de saúde. Nesse sentido, a eficácia do Pilates está no controle preciso do movimento que auxilia na estabilização da coluna vertebral, promove alongamento e fortalecimento muscular o que contribui para diminuição algica. (Silva, 2018) **Objetivos:** Descrever os efeitos do método Pilates na diminuição do nível de dor e aumento da flexibilidade em idosos com lombalgia crônica. **Métodos:** Foi realizada a coleta de dados de 5 idosos atendidos no Projeto Coluna Saudável da Universidade do Estado do Pará com o uso do método Pilates. A seleção considerou idosos a partir da décima sessão e abrangeu como enfoque o nível da dor por meio da Escala Visual Analógica e flexibilidade com averiguação dos dados adquiridos do banco de wells. **Resultados:** A Escala Visual Analógica é aplicada ao início e final das sessões, os dados obtidos demonstraram que em geral o nível de dor diminuía ao fim das sessões variando entre 1 (60%) a 2 (40%). Ademais, em comparação com o nível declarado na primeira sessão e ao término da décima sessão observou-se que em 40% dos casos a dor permanecia estável, em 40% diminuiu em 2 níveis e em 20% diminuiu em 4 níveis. Nota-se portanto, que em 60% dos casos a algia minimizou demonstrando assim eficácia do método. Quanto a flexibilidade, a reavaliação no banco de wells é realizada após 10 sessões, obteve-se os dados de 3 pacientes e a averiguação expôs que em 33.33% houve um aumento em 2 níveis, em 33.33% aumentou em 13 níveis e em 33.33% permaneceu inalterável. **Conclusão:** Infere-se, portanto, que o método Pilates é eficaz na diminuição da dor e no aumento da flexibilidade. Deve-se considerar a individualidade biológica nas discrepâncias entre aqueles que obtiveram um resultado favorável e os que permaneceram inalterados na verificação do banco de wells. No entanto, a partir dos dados percebe-se que o método proporciona efeitos positivos na diminuição algica em todos os casos.

Palavras-chaves: Saúde do Idoso; Fisioterapia; Dor Lombar.



VIVÊNCIA DA MONITORIA ACADÊMICA NA METODOLOGIA ATIVA DE ENSINO-APRENDIZADO: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Jéssica Cristina santos de Assis; Elaine Miyuka Sato; Hélio Azevedo Resque; Paulo Renan Farias Furtado; Jurandir da Silva Filho; Gisele Cristina da Silva Almeida; Manuela Brito Duarte; Alex Tadeu Viana da Cruz Junior.

jecristinaa17@gmail.com

Universidade Federal do Pará (UFPA), Belém-PA

Introdução: A metodologia ativa de aprendizagem é um processo amplo e possui como característica o aluno como principal responsável pelo próprio aprendizado (MITRE.S;. et al. 2008). Atualmente o método mais utilizado de aprendizagem é o ensino misto, nesse contexto a metodologia ativa surge como proposta focar o processo de ensinar e aprender buscando a participação ativa de todos os envolvidos. **Objetivo:** Incorporar a participação de monitores acadêmicos no processo de metodologia ativa na busca pelo conhecimento. **Métodos:** O processo é organizado em etapas, sendo elas: I) utilizando um recurso áudio visual, na formação de vídeo aulas II) formulação de questões (quizz) e roteiros de prática III) realização de experimentos utilizando-se de equipamentos tecnológicos para ter uma vivência teórico-prático. Os monitores participam ativamente de todo processo e por fim, são feitas reuniões com o docente para ser debatido erros ou eventuais dúvidas. Esse processo acontece obrigatoriamente antes de começar as aulas dos alunos. Os alunos assistem a vídeo aulas, sofrendo interrupções pelo docente em alguns momentos para fazer comentários relevantes, em seguida todos os alunos respondem individualmente as questões do quizz e depois é realizado o aprendizado por pares. Nesse contexto, os alunos devem debater sobre a questão e decidir em dupla qual alternativa devem marcar. Ao término os alunos são divididos em dois grupos, sendo administrada pelos monitores, um grupo realiza o roteiro de prática e o outro realiza os experimentos, essa ordem é invertida ao término de cada roteiro. Os alunos fazem um roteiro do experimento, em que os responsáveis por corrigi-los é o monitor e, em seguida é entregue ao docente. No final do semestre foi aplicado uma escala quantitativa para avaliar a satisfação dos alunos, pontuando de 1 (ruim) à 4 (excelente), com a possibilidade de apresentar comentários e sugestões de forma anônima. **Resultados:** Obtivemos uma boa participação dos alunos com a metodologia aplicada, em todas as variáveis aplicadas objetivamos uma pontuação média superior à 3, considerações sobre a vídeo aulas foram feitas no objetivo de engrandecer e melhorar o método. Ademais, para os monitores a vivência da monitoria foi enriquecedor, visto que os mesmos conseguiram aprimorar o seu conhecimento. **Conclusão:** A metodologia ativa mostrou ser um ótimo método de ensino-aprendizagem, visto que todos os envolvidos no processo estavam comprometidos com o seu aprendizado.

Palavras-chave: Ensino; fisioterapia e método ativo.

IMPORTÂNCIA DA FISIOTERAPIA NA ESTIMULAÇÃO PRECOCE NO DESENVOLVIMENTO NEUROPSICOMOTOR EM PACIENTE COM PARALISIA CEREBRAL: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Bernadete Gomes de Souza Pimenta¹; Kamila Vitória Rezende Ferreira¹; Rafaela Cordeiro de Macedo².

berna.pimenta1@gmail.com

1 - Graduando em fisioterapia, Centro Universitário do Estado do Pará- CESUPA.

2 - Docente do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário do Estado do Pará- CESUPA

INTRODUÇÃO: A paralisia cerebral (PC) é um grupo de afecções permanentes do sistema nervoso central sem caráter progressivo de instalação pré, peri ou pós-natal. A PC pode acometer o indivíduo de diferentes formas, dependendo da área do sistema nervoso afetada. Entre as alterações neuromusculares estão: variações de tônus muscular como espasticidade, persistência de reflexos primitivos, rigidez e etc. Dessa forma, o atraso no desenvolvimento neuropsicomotor (DNPM) torna-se algo que deve ser observado com cautela pelo fisioterapeuta. Assim, a fisioterapia tem o papel fundamental de estimular o desenvolvimento orientando os pais e avaliando alterações no Desenvolvimento Neuropsicomotor (DNPM) para proporcionar qualidade na postura e evitando os padrões anormais, possibilitando movimento e a percepção adequada à idade, normalizar o tônus e prevenir deformidades e contraturas. **OBJETIVO:** Verificar a importância da estimulação precoce no DNPM em um paciente com PC para a manutenção e/ou melhora do quadro clínico. **MÉTODO:** Foi avaliada uma paciente do sexo feminino, 2 anos de idade, com diagnóstico de PC. Durante o estágio ambulatorial tivemos a experiência de observar a avaliação fisioterapêutica, onde a paciente apresentou atraso do DNPM: falta da sustentação de cervical, aumento do tônus global, ausência rolar, sentar-se ou andar. Sendo assim, foram traçadas estratégias como: modulação de tônus com auxílio de alongamento passivo de membro inferior e membro superior, descarga de peso por meio do feijão e por meio do ortostatismo, treino para fortalecimento abdominal com uso de tala em pernas e braços, exercício de co-contração de tronco e de fortalecimento de cervical em feijão associado com estímulo de tapping. **RESULTADOS:** Notou-se ao longo dos atendimentos que com a estimulação precoce a paciente não evoluiu para contraturas e deformidades, além de evidenciar-se a melhora do controle de cervical. **CONCLUSÃO:** Assim, é possível afirmar que a fisioterapia é importante para estimulação do desenvolvimento de crianças com PC desde os primeiros anos de vida, pois foi possível observar evoluções positivas em seu quadro clínico.

Palavras-chave: Pediatria; Neurologia; Saúde; Terapêutica

APLICAÇÃO DA VENTOSATERAPIA NO PONTO GATILHO MIOFASCIAL ATIVO DE INDIVÍDUOS COM CERVICALGIA CRÔNICA: RESULTADOS PRELIMINARES

Johanna Caroline Nascimento Queiroz¹; Cleuton Braga Landre²; Felipe Picanço Guimarães¹; Areolino Pena Matos²; Analizia Pena Silva²; Vânia Tie Koga Ferreira²; Débora Juliana Souza do Rosário²; Bruna Lorena de Jesus Martins²; Laís Ferreira Tapajós¹; Cecília Emily Costa Santos¹.

johanna_cnqueiroz@hotmail.com.

1 - Acadêmico, Universidade Federal do Amapá, UNIFAP, Macapá-AP;

2 - Profissional, Universidade Federal do Amapá, UNIFAP, Macapá-AP.

Introdução: Cervicalgia crônica é uma disfunção musculoesquelética, altamente prevalente e possui uma associação de distúrbios como dor de cabeça e dor referida no braço e na parte superior das costas, sintomas esses decorrentes da presença de ponto gatilho miofascial ativo no músculo trapézio superior fibras descendentes. Por ser uma disfunção altamente prevalente, causa uma importante incapacidade na coluna cervical e com o intuito de buscar respaldo científico para o uso da ventosaterapia, amplamente utilizado na prática clínica, esta técnica surge como uma proposta terapêutica para o tratamento da dor ocasionada pela presença de pontos gatilho miofasciais (PGM).

Objetivos: Avaliar os efeitos da ventosaterapia no índice de incapacidade cervical (NDI) no limiar de dor à pressão (LDP) em pontos gatilhos miofasciais (PGM) no músculo trapézio superior fibras descendentes em portadores de cervicalgia crônica. **Métodos:** Trata-se de um estudo quase-experimental, no qual foram incluídos 15 indivíduos, com seguintes critérios de inclusão: apresentar PGM ativo e bilateral no trapézio e escore no *Neck Disability Index* (NDI) \geq a 5 pontos. Foram empregados a Escala Numérica de Dor (END) para quantificar a intensidade de dor; limiar de dor a pressão (LDP) avaliado com algômetro INSTRUTERM®, perpendicular ao PGM e considerado ativo até $\leq 2,5 \text{ kg/cm}^2$, de pressão. A aplicação da ventosa foi feita bilateralmente, sobre o PGM no trapézio durante 10 minutos por 5 sessões e a reavaliação foi realizada 1 semana após a intervenção. A distribuição dos dados foi feita através do teste de *Shapiro-Wilk* e foi empregado o teste *t* para amostras independentes, com o objetivo de comparar as variáveis pré e pós intervenção.

Resultados: Os voluntários apresentaram idade média de $42 \pm 10,66$ anos. O índice médio de dor, avaliado pela END pré intervenção foi de $6,33 \pm 1,63$ e escore no pós de $1,73 \pm 2,05$ ($p < 0,001$). O escore inicial no NDI foi de $17,80 \pm 6,37$ e final de $6,93 \pm 5,14$ ($p < 0,001$). O LDP inicial e final no PGMD foi de $1,21 \pm 0,58 \text{ kg/cm}^2$ e de $1,97 \pm 0,55 \text{ kg/cm}^2$ ($p = 0,002$), respectivamente. Já o LDP no PGME pré intervenção anotava $1,20 \pm 0,59 \text{ kg/cm}^2$ e no pós de $1,90 \pm 0,68 \text{ kg/cm}^2$ ($p = 0,007$).

Conclusão: Após a aplicação da ventosa houve uma redução significativa na intensidade da dor e na funcionalidade e em relação ao LDP é possível observar um incremento no limiar de dor a pressão.

Palavras-chave: Fisioterapia; Avaliação da Dor; Terapias Complementares.



CARACTERÍSTICAS DO TAF DA POLÍCIA CIVIL REALIZADO NOS ESTADOS DA REGIÃO NORTE

Renato Silveira de Assis Junior; Divaldo Martins de Souza.

renatorsaj@gmail.com.

Polícia Civil do Estado do Pará, Universidade do Estado do Pará.

Introdução: A Segurança Pública no Brasil é de responsabilidade da Polícia Federal, Polícia Rodoviária Federal, Polícia Ferroviária Federal, nos estados, da Polícia Civil, Polícia Militar, Corpo de Bombeiros Militar e Guardas Municipais. O Teste de Aptidão Física, é um dos pré-requisitos avaliativos para o ingresso à carreira de policial civil em todos os estados do Brasil. **Objetivo:** Identificar as características dos testes físicos adotados no TAF dos estados da região norte e de realizar uma análise comparativa destes testes. **Método:** Estudo transversal, com dados obtidos junto aos sites estaduais das Secretarias de Segurança Pública no período de 2014 a 2018. Os dados procurados foram relativos aos tipos de exercícios físicos aplicados nos TAF e características destes exercícios e testes. Os dados foram tratados estatisticamente através do pacote estatístico SPSS 22.0, através da estatística descritiva de média e desvio padrão para os dados quantitativos e dos índices absoluto e relativo para os dados categóricos. A estatística inferencial foi realizada através do teste do qui-quadrado com um $p \leq 0,05$. **Resultados:** Foi observado a realização de $3,57 \pm 0,53$ testes físicos, sendo um mínimo de 3 e um máximo de 4 testes nos estados da região, onde os estados que adotam 4 testes são o Acre, Amapá, Pará e Roraima. Observou-se uma discreta maior prevalência de estados que aplicam o teste de barra fixa ($p=0,06$), e de estados que não aplicam os testes de extensão de cotovelo, salto em altura, abdominais e natação ($p=0,26$), além de que todos os estados da região aplicam o teste de 12 minutos para avaliar a aptidão cardiorrespiratória. **Conclusão:** Todos os estados da região norte realizam o teste de natação, o que parece coerente em função da região ter uma vasta rede hidroviária onde seria importante ter a habilidade do nado. O teste de salto em altura também é um teste comum, aplicado em 6 dos 7 estados da região, demonstrando a importância de preservar a força e a resistência muscular dos membros superiores para as funções exercidas na polícia. Um aspecto que chama a atenção é a falta de um padrão entre os estados, já que alguns aplicam apenas 3 testes físicos enquanto outros aplicam 4 testes.

Palavras-chave: teste físico; teste de aptidão física; segurança pública.

TREINAMENTO RESISTIDO NA PREVENÇÃO E NO TRATAMENTO DE ANSIEDADE E DEPRESSÃO ENTRE CRIANÇAS E ADOLESCENTES.

Jean Diego Cardoso da Silva; Allenyl da Silva Cardoso; Charles Ferreira de Andrade; Nalbert Andrey Miranda de Oliveira; Larissa Walenna Barbosa Gusmão; Marcio Venício Cruz de Souza; Evitom Correa de Sousa.

jeandiegossilva@gmail.com.

Universidade Estadual do Pará.

Introdução: A depressão é a quarta doença mais importante na estimativa da carga da doença (Murray, 1996). É relatada uma prevalência de dez a vinte por cento para problemas psicológicos em crianças e adolescentes (SONUGA-BARKE, 1997). Tratamentos psicológicos (por exemplo, psicoterapia), psicossociais (por exemplo, terapia comportamental cognitiva) e biológicos (por exemplo, os inibidores seletivos da recaptação da serotonina ou drogas tricíclicas) são os tratamentos mais comuns oferecidos. A grande variedade de intervenções terapêuticas dá origem a questões de eficácia clínica e efeitos colaterais. O exercício físico é barato, com poucos efeitos colaterais (LARUN et al., 2006). Efeitos positivos similares em problemas específicos como depressão, ansiedade, hiperatividade e problemas de conduta em crianças e adolescentes têm sido também relatados (BIDDLE 1993; CALFAS 1994; MUTRIE 1998). **Objetivos:** Identificar através de uma pesquisa bibliográfica a influência do treinamento resistido na prevenção e no tratamento aos sintomas da ansiedade e depressão em crianças e adolescentes. **Métodos:** O presente estudo caracteriza-se como uma pesquisa analítica bibliográfica. Adotou-se como critério de inclusão artigos publicados entre 2006 e 2019. Foram encontrados 10.287 artigos. Após essa primeira seleção, realizou-se um estudo sistemático, aplicando como critério de exclusão os artigos fora do período estipulado, artigos repetidos, posicionamentos que não fossem de instituições oficiais e, aqueles que não continham informações relacionadas ao treinamento resistido para crianças e adolescentes com ansiedade e depressão. Assim, restaram 20 estudos, dos quais, 8 foram retidos para presente revisão. **Resultados:** A partir das pesquisas bibliográficas, foram selecionados dois artigos para exemplificar e demonstrar os resultados. O primeiro artigo afirma que o treinamento de força sistematizado diminui a ansiedade e a depressão em adolescentes (TAVARES e colaboradores, 2007). Porém, contrapondo o artigo supracitado, pode-se observar que, segundo Magalhães Neto e França (2002), não foram apresentados dados significativos quanto à ansiedade a partir do treinamento resistido, contudo houve redução significativa dos níveis de estresse. **Conclusão:** Embora pareça haver um pequeno efeito a favor do exercício na redução dos escores de depressão e ansiedade na população geral de crianças e adolescentes, o pequeno número de estudos incluídos limita a capacidade de desenhar conclusões, assim como também é preciso de mais pesquisas em outras bases de dados. Como o exercício não tem efeitos negativos conhecidos, e muitos efeitos positivos na saúde somática, pode ser um instrumento importante para melhorar a saúde emocional de crianças e adolescentes.

Palavras-chave: transtornos psicológicos; exercício físico; pesquisa bibliográfica.

EFEITOS DO TREINAMENTO RESISTIDO, APLICADOS A UMA PORTADORA DE HIPERTENSÃO ARTERIAL, VISANDO RESULTADOS DE FORÇA E NORMALIZAÇÃO DA PA - ESTUDO DE CASO.

Larissa Walenna Barbosa Gusmão; Nailza Ribeiro Souza; Rosana Soares Pereira; Shirley de Nazaré de Oliveira Borges; Marcio Venício Cruz de Souza; Evitom Correa de Sousa.

profwalenna@gmail.com.

Universidade do Estado do Pará.

Introdução: A Hipertensão Arterial é uma patologia Crônica, caracterizada pelo aumento constante da Pressão Arterial. Considera-se a PA alterada a partir de 140/90 mmHg, sendo que a mesma em geral, apresenta-se de forma assintomática. A longo prazo, se não for controlada, pode acarretar em doenças graves como doença renal crônica, AVC, doença arterial periférica e outros (GUS, 2004). A prevalência da hipertensão arterial estimada na população brasileira adulta em 2006, foi de 15 a 20 casos a cada 100 habitantes, entre os indivíduos mais velhos, esse índice pode chegar a 60 casos a cada 100 habitantes, tornando-se um fator determinante na elevada mobilidade e mortalidade. (GUS, 2004). **Objetivos:** Identificar os efeitos do treinamento resistido no nível de força e flexibilidade em uma paciente do LERES diagnosticada com Hipertensão Arterial. **Métodos:** A avaliação da paciente hipertensiva foi executada através de dois métodos, sendo estes verificados de forma paralela: Dinamômetro manual (HASKELL, 2007) e Esfigmomanômetro (BASCH, 1881). Os testes foram aferidos e coletados antes e depois da aplicação do protocolo de execução do Treinamento, sendo este executado dentro do período de 8 semanas, tendo 2 sessões semanais com 40 minutos por sessão. **Resultados:** Os resultados do teste de nível de força dos membros superiores foram intercalados em três repetições, foi considerando o de maior valor: **1) Antes:** Força Direita: 27/25/26; Força esquerda: 25/23/26. **2) Depois:** direita: 28/25/24; Força esquerda: 27/24/21. Em relação a PA observou-se uma notória diminuição tanto na pressão sistólica, quanto na diastólica: 1)29/052019: SIS/DIA mmHg 139/97. 2)17/06/2019: SIS/DIA mmHg 105/81. **Conclusão:** Ao final deste estudo de caso, levando em consideração a referida patologia da paciente, obteve-se ótimos resultados ao aplicar a metodologia referida, o que levou a uma normalidade da PA. Portanto, ratifica-se a eficiência obtida com o TR, além dos benefícios relacionados a força nos grupos musculares.

Palavras-chave: Hipertensão, Benefício, Exercício Físico.



EFEITOS DE UM PROGRAMA DE TREINAMENTO CONCORRENTE SOBRE INDICADORES DE SAÚDE DE MULHERES EM IDADE AVANÇADA

Doriedson Barbosa Lopes Júnior; Lukacs Praxedes Afonso; Alan Pantoja Cardoso; Claudio Joaquim Borba Pinheiro.

doriedsojr58@gmail.com.

Universidade do Estado do Pará – Tucuruí/Campus XIII

Introdução: O treinamento Concorrente (TC) quando prescrito de maneira adequada pode propiciar adaptações positivas na função cardiovascular e muscular em variadas faixas etárias e condições clínicas, principalmente quando se trata de indivíduos idosos (SILVA et al., 2013). **Objetivo:** analisar os efeitos de um programa de Treinamento Concorrente com métodos resistido e Treinamento Intervalado de Alta Intensidade (HIIT) sobre os índices antropométricos, condicionamento cardiorrespiratório, níveis pressóricos de repouso e níveis de força de mulheres em idade avançada. **Métodos:** 5 voluntárias foram submetidas a um programa de TC com métodos resistido e HIIT, a frequência foi de 2 sessões semanais em um período de 10 semanas, foram avaliados o Índice de Massa Corporal (IMC), Índice Relação Cintura Quadril (IRCQ), Índice de Adiposidade Corporal (IAC), Relação Cintura Estatura (RCE), condicionamento cardiorrespiratório pelo Teste de Cooper de seis minutos, níveis pressóricos de repouso e níveis de força. **Resultados:** os dados foram analisados pelo software BioEstat 5.3[®]. Foi realizada uma análise de normalidade pelo teste de Shapiro-Wilk e de acordo o resultado utilizou-se o Teste t ou Wilcoxon para medidas repetidas (pré e pós testes). O $\Delta\%$ foi calculado através da seguinte fórmula $\Delta\% = [(pós\ teste - teste) * 100 / teste]$. O nível de significância adotado foi de $p < 0,05$. Os resultados apresentaram uma melhora estatística no condicionamento cardiorrespiratório ($\Delta\% = 33,2\%$; $p = 0,004$), Pressão Arterial Média ($\Delta\% = -8,9\%$; $p = 0,01$) e com relação a força muscular foram notadas melhoras estatísticas para os exercícios de cadeira extensora ($\Delta\% = 17,27\%$; $p = 0,02$), leg press 45° ($\Delta\% = 35,14\%$; $p = 0,01$) e supino reto ($\Delta\% = 54,89\%$; $p = 0,04$). **Conclusão:** conclui-se que 10 semanas de TR aliado ao HIIT foram eficazes para melhorar os níveis de condicionamento cardiorrespiratório, a PAM e a força de mulheres em idade avançada.

Palavras-chave: idoso; exercício físico; autonomia pessoal.

A PREDIÇÃO DE AÇÃO TRANSITIVA É MODULADA PELA VALÊNCIA EMOCIONAL DO OBJETO

Priscila da Silva Azevedo^{1,3}, Vitória Labiapari Pinto², Anaelli Nogueira-Campos², Ghislain Saunier^{1,3}.

azevedopriscila@gmail.com

1 - Programa de Pós-Graduação em Ciências do Movimento Humano, Universidade Federal do Pará, Belém-Pará, Brasil.

2 - Laboratório de Neurofisiologia Cognitiva, Universidade Federal de Juiz de Fora, Minas Gerais, Brasil.

3 - Laboratório de Cognição Motora, Universidade Federal do Pará, Belém-Pará, Brasil.

INTRODUÇÃO: A predição das ações de outrem é fundamental para uma interação adequada com objetos no nosso ambiente. A maioria destes objetos apresentam uma valência emocional. Recentemente foi demonstrado que a observação de movimento dirigido a objetos emocionais (ação transitiva) modula a atividade do sistema motor (NOGUEIRA-CAMPOS et al., 2016).

OBJETIVO: Investigar o efeito da valência emocional do objeto sobre os processos preditivos da ação. **MÉTODO:** Dezoito estudantes de graduação (11 mulheres; idade média de $21,4 \pm 4,5$ anos) participaram do estudo. O protocolo consistia em observar vídeos de movimentos de prensão de objetos agradáveis (AG), desagradáveis (DG) ou neutros (NT), em uma tela de computador (19"; 1920 x 1080; 60Hz). O experimento incluiu duas condições visuais: oclusão da visão (OV) (um retângulo preto obstruiu os últimos 50% da trajetória do movimento) e visão completa (VC) movimento. No total foram realizadas 45 repetições para cada condição (3 valências x 15 repetições). A tarefa do participante consistia em prever o tempo de contato mão-objeto (TTC) pressionando a barra de espaço do teclado. Os erros de predição, em milissegundos (ms), entre as respostas dos participantes e os TTC reais foram comparadas usando uma ANOVA para medidas repetidas (2 condições visuais X 3 valências). O nível de significância foi de 0,05. O post-hoc de Tukey foi usado para comparar os efeitos significativos. **RESULTADOS:** A previsão do TTC foi afetada pela condição visual ($F(1,17) = 7,98, p = 0,011$). Os participantes foram mais precisos em prever o TTC durante a visão completa em comparação com a condição de oclusão (-18,71ms vs. 38,07ms). As três condições de valência diferiram entre elas ($F(2,34) = 84,62, p < 0,000001$): AG vs. DG vs. NT (9,07ms vs. -55,88ms vs. 75,84ms, $p = 0,00012$). Também encontramos uma interação entre condição visual e valência emocional ($F(2,34) = 12,035, p = 0,000112$). Obtivemos como resultado desta interação diferenças entre os mecanismos preditivos nas duas condições visuais para objetos agradáveis OV vs. VC (39,92ms vs. -21,77ms, $p=0,0001$) e objetos neutros OV vs. VC (122,41ms vs. 29,27ms, $p=0,0001$). No entanto, não encontramos uma diferença nestes mecanismos para objetos desagradáveis OV vs. VC (-48,11ms vs. -63,65ms; $p = 0,73$). **CONCLUSÃO:** A valência emocional dos objetos modula a predição da ação de outrem. Além disso, nossos resultados sugerem um tratamento particular da predição da ação dirigida aos objetos desagradáveis, já que os mecanismos preditivos não são afetados pela oclusão ou não da ação.

Palavras-chave: emoção; observação-ação; sistema de neurônios espelhos; sistema motor.

TREINAMENTO RESISTIDO E FLEXIBILIDADE NA INFÂNCIA: UM ESTUDO DE CASO.

Bruno Gomes Oliveira; Tiago Silva do Nascimento; Larissa Walenna Barbosa Gusmão; Evitom Correia de Souza; Marcio Venício Cruz de Souza; Rodrigo Moraes Reis; Jean Diego Cardoso da Silva; Allenyl da Silva Cardoso.

brunogomesoliveira15@hotmail.com.

Universidade do Estado do Pará – UEPA

Introdução: Conforme Santarem (2009) o treinamento resistido (TR) caracteriza-se por utilizar exercícios com sobrecargas progressivas, almejando o aumento de força e resistência muscular. Dessa forma, este possui algumas variáveis, nos quais são: intensidade, volume, intervalos e cargas. Em consequência desse método, há certa rejeição quanto ao treinamento de força para crianças e adolescentes, pois alguns autores apontam como uma atividade lesiva, além de prejudicar o ganho de força devido à diminuição dos hormônios andrógenos nas crianças. No entanto, estudos atualizados mostram que a prática do TR é uma opção viável para potencializar o desenvolvimento infantil, e sobretudo ajudar a combater o alto índice de sedentarismo infanto-juvenil. **Objetivo:** Identificar o desenvolvimento da flexibilidade de uma criança a partir do treinamento resistido. **Metodologia:** O presente trabalho se deu através de um estudo de caso realizado com uma criança de nove anos, no período de 15 sessões. O treino foi constituído duas vezes na semana, tendo de 8 a 12 repetições nos seguintes exercícios: Supino biodelta, Leg aglomerado, tração, sentar e levantar, remada baixa, panturrilha aglomerada, infra-abdominal e flexora em pé. Este treinamento de força foi executado no laboratório de exercício resistido e saúde (LERES-UEPA). A coleta de dados foi feita através do teste de flexibilidade disponibilizada pelo Projeto Esporte Brasil (PROESP-BR), no qual foi comparado a flexibilidade da paciente na primeira e na última sessão de treino. **Resultados:** Para a obtenção dos resultados estabeleceu-se comparação entre os dados da tabela de avaliação para aptidão física e saúde (ApFS) considerando valores abaixo do ponto de corte como indicadores de risco para a saúde. O ApFS apontou 21,4cm a margem de segurança de flexibilidade para uma criança do sexo feminino de nove anos de idade. Antes da prática do TR a paciente obtinha uma flexibilidade de 42,0cm, após o período de treinamento obteve uma melhora de 4cm no teste de flexibilidade, alcançando assim o resultado de 46,0cm. **Conclusão:** De acordo com a análise dos resultados conclui-se que o exercício resistido contribui de forma benéfica para a jornada infantil, devido essa melhora na flexibilidade. Fator este essencial para uma vida saudável e sem limitações. Sobretudo, é importante destacar que qualquer prática física para ter um retorno desejado se faz necessário um acompanhamento profissional adequado.

Palavras-chaves: Saúde; Desenvolvimento; Criança.

AVALIAÇÃO DA DOR ANTES E APÓS SESSÃO DE FISIOTERAPIA AQUÁTICA EM IDOSOS COM OSTEOARTRITE DE JOELHO (OAJ).

Sandrys Karoline Martins Garcia^{1,2}; Brenda Stefany de Campos Chaves^{1,2}; Thamirez Pedrina Cardoso da Silva^{1,2}; Renan Reis Costa¹; Bernadete Gomes de Souza Pimenta¹; Wiviane Maria Torres de Matos Freitas^{1,2}.

sandrysk26@hotmail.com

1 - Centro Universitário do Estado do Pará (CESUPA)

2 - Membro do Grupo de estudos temáticos sobre envelhecimento humano (GETEN) DO CESUPA

Introdução: Os indivíduos com OAJ são, em sua maioria, assintomáticos. Quando sintomáticos, progridem em um padrão que inclui os seguintes sintomas: dor articular de duração e intensidade variáveis de acordo com o estado da doença; rigidez matinal de curta duração; crepitação óssea; disfunção física; edema; frouxidão dos ligamentos; diminuição ou perda do movimento; contraturas capsulares; fraqueza muscular; incapacidade para marcha; espasmo; fibrose; e alteração da propriocepção e equilíbrio (OKUMURA FA et al, 2009). No tratamento da população idosa principalmente por ser um ambiente seguro, menos sujeito às quedas, e por se tornar uma alternativa de prevenção e reabilitação, além de contar com altos índices de aceitação e adesão ao tratamento, em adição, os profissionais fisioterapeutas buscam conquistar um embasamento teórico para todas as suas intervenções clínicas, como é o caso da Fisioterapia Aquática. (HINMAN, R. S. et al. 2007).

Objetivo: Avaliar os efeitos da fisioterapia aquática sobre a dor em idosos com osteoartrite de joelho. **Método:** Trata-se de um estudo de caráter quantitativo realizado com 9 idosos, sendo estes do 8 sexo feminino e 1 sexo masculino, no período de 21 de março à 17 abril de 2019 em uma clínica escola de fisioterapia em Belém. O protocolo se baseou em 09 sessões com 50 minutos de duração, duas vezes na semana, com a realização de aquecimento de 5-8 minutos, Exercícios ativos livres de MMII, Exercícios ativos resistido pelo empuxo e pela turbulência, com duração de 35 minutos e alongamentos ativos. Para avaliação da dor foi utilizada a escala visual analógica (EVA), antes e após os atendimentos. Os dados foram tabulados e realizada a análise estatística. **Resultado:** Por meio da análise descritiva dos dados de dor antes e após cada sessão, obteve-se uma média da dor inicial dos sujeitos de 4,6, a qual passou a ser 2,3, após a fisioterapia aquática. A maior intensidade de dor antes das sessões foi de 10 e depois foi de 6. As medianas e os valores mínimos da dor tanto inicial quanto final permaneceram em 0. Os dados foram agrupados conforme a intensidade da dor dos sujeitos estudados no dia das sessões e foram analisados de acordo com a cronologia dos atendimentos. **Conclusão:** Obteve-se um resultado positivo dos pacientes com OAJ, pois após os atendimentos na fisioterapia aquática os mesmos apresentaram a redução do quadro algico no joelho.

Palavras chave: Fisioterapia, Osteoartrite e Joelho.

O EFEITO NOCEBO COMO MEDIADOR NA DOR CRÔNICA: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

Thauã de Lima Bezerra; Ingrid Fernandes Silva e Silva.

fisiothaua@hotmail.com.

Universidade da Amazônia.

Introdução: De acordo com a Associação Internacional para o Estudo da Dor, a dor é definida como uma experiência sensorial e emocional desagradável associada a lesões ou doenças que perduram de três a seis meses, mas para alguns a dor persiste, o que denominamos dor crônica. Segundo Main (2008) a dor não está relacionada apenas a patologia, pode também ser influenciada por fatores psicossociais, onde pensamentos criam respostas psicológicas que podem influir diretamente na condição de saúde do indivíduo. Desta forma as queixas físicas, tais como a dor, podem ser alteradas por efeitos do placebo e nocebo devido à indução de expectativas positivas ou negativas. **Objetivo:** Identificar a influência do efeito Nocebo como mediador da dor crônica. **Metodologia:** Foi realizada com busca nas bases de dados eletrônicas: BVS, Medline, Lilacs e SciELO. Utilizando-se os descritores: Dor Crônica e Efeito Nocebo e seus equivalentes em português, inglês e espanhol, foram rastreados artigos publicados nos últimos cinco anos (2014-2019). **Resultados:** Na busca realizada em outubro de 2019, foram encontrados 25 estudos na base de dados BVS, MEDLINE e LILACS desses, apenas 11 alcançaram os objetivos do presente estudo. Na base de dados SciELO, não foram encontrados resultados da pesquisa. **Conclusão:** Os estudos constataram consentimento na importância do cuidado com fatores relacionados aos processos de distribuição de informação ao paciente que podem agir sobre os resultados e expectativas. Com isso, esses fatores podem desfavorecer não só a eficácia do tratamento, mas também influenciar negativamente a qualidade de vida do paciente e potencialmente afetar processos de decisão relacionados com os tratamentos atuais e futuros.

Palavras- chaves: Saúde; Biopsicossocial; Psicossomático; Qualidade de vida.