



EFEITOS DE UM PROGRAMA DE ATIVIDADE FÍSICA SOBRE OS INDICADORES DE SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA EM PACIENTES COM INSUFICIÊNCIA RENAL CRÔNICA DA CLÍNICA RENAL DO EXTREMO-OESTE

Orientadora: FACHINETO, Sandra

Pesquisadores: SCHELEDER, Karina Fernandes; FELINI, Silvia Leticia

Curso: Educação Física

Área de Conhecimento: ACBS

A atividade física realizada antes ou durante a hemodiálise pode ser um coadjuvante no tratamento de pessoas com insuficiência renal crônica (IRC). Objetivou-se analisar os efeitos de um programa de seis meses de atividade física sobre indicadores de saúde e qualidade de vida em pacientes com IRC da Clínica Renal do Extremo-Oeste catarinense. Participaram 24 pacientes, sendo 13 homens e 11 mulheres. Foram feitas avaliações (pré e pós-testes) da qualidade de vida (QV) por meio de questionário SF-36 dos indicadores de gordura: índice de massa corporal (IMC), circunferência de cintura (CC), razão cintura-quadril (RCQ), da força isométrica de mãos e da medida de repouso da pressão arterial sistólica (PAS) e diastólica (PAD). O programa de atividade física foi realizado três vezes por semana e as sessões aconteceram na fase dialítica (hemodiálise) e pré-dialítica. Foi usada a estatística descritiva (média e desvio padrão) e o teste *t pareado* para comparar os dados de pré e pós-testes. Os resultados apontaram mudanças estatisticamente significativas na força isométrica das mãos para o sexo feminino. Para as demais variáveis não se observaram mudanças significativas, embora as variáveis de PAS e PAD tivessem uma pequena redução em seus níveis e também alguns domínios da QV apresentaram valores médios aumentados do pré para o pós-testes, como, por exemplo, o estado geral de saúde e os aspectos sociais para ambos os sexos. Conclui-se que a atividade física possui influência positiva na saúde física e na QV de pacientes renais crônicos.

Palavras-chave: Insuficiência renal crônica. Atividade física. Hemodiálise. Qualidade de vida.

silvia_felini@hotmail.com

ka_danca1604@hotmail.com

