



Título: **QUALIDADE DE VIDA EM PACIENTES ASMÁTICOS SUBMETIDOS A UM PROGRAMA DE CONDICIONAMENTO FÍSICO**

Glaukus Regiani Bueno<sup>1</sup>, Mateus Dias Antunes<sup>1</sup>, Fabio Ricardo Acencio<sup>1</sup>, Elenice Gomes Ferreira<sup>1</sup>, Adriana Machado Carreteiro<sup>1</sup>, Renata Cappellazzo<sup>1</sup>, Daniel Vicentini de Oliveira<sup>2</sup>, Tiago Franklin Rodrigues Lucena<sup>1</sup>

- 1- Centro Universitário de Maringá – UniCesumar, Maringá, PR, Brasil.
- 2- Universidade Estadual de Campinas – UNICAMP, Campinas, SP, Brasil.

E-mail: [glaukusbueno@hotmail.com](mailto:glaukusbueno@hotmail.com)

**Introdução:** A asma é doença crônica que ocorre tanto em crianças como nos adultos, sendo a quarta causa de hospitalizações no Brasil. Inflamação e aumento da sensibilidade nos brônquios pulmonares a vários estímulos são as manifestações presentes, desenvolvendo obstrução das vias aéreas que pode ser reversível de forma espontânea ou com tratamento. Associado ao processo da inflamação o paciente apresenta sibilância, dispneia, aperto torácico e tosse, principalmente no período noturno e ao despertar pela manhã. Os fatores desencadeantes da crise asmática podem ser de causas genéticas e de fatores como a exposição ambiental a alérgenos dentro e fora de casa, que potencializam esses sintomas. O condicionamento físico melhora a função pulmonar dos indivíduos e conseqüentemente reduz a dispneia, mas é necessário que o paciente mantenha atividades físicas regulares e adequadas, pois o broncoespasmo pode ser desencadeado pelo exercício físico. A educação em saúde nos portadores da asma auxilia a compreensão da doença, a identificação dos fatores desencadeantes, utilização correta dos medicamentos e assim reduz o impacto negativo da doença no cotidiano. A dispneia é um sintoma muito comum nos asmáticos e quanto menor o período inter-crise pior é o controle da doença e da qualidade de vida. **Objetivo:** Verificar a influência de um programa de condicionamento físico na qualidade de vida e função pulmonar em pacientes asmáticos. **Método:** Trata-se de um estudo experimental, no qual 19 pacientes foram randomizados: Grupo intervenção (n=9) e Grupo controle (n=10). Posteriormente foram subdivididos por faixa etária: pacientes com idade de 30 a 40 anos e de 41 a 60 anos. O Grupo intervenção realizou três vezes na semana totalizando 24 sessões de 60 minutos de treinamento físico aeróbico individual e palestras educativas, enquanto que o Grupo controle recebeu apenas palestras educativas. A qualidade de vida foi avaliada por meio do instrumento *The Asthma Quality of Life Questionnaire*, e a função pulmonar foi avaliada pela cirtometria torácica e espirometria. **Resultados:** Observou-se melhora na pontuação da qualidade de vida do grupo controle com média de idade de 41 a 60 anos e em ambos do Grupo intervenção. Na mobilidade torácica, foi verificado aumento da região axilar e xifoídea somente no Grupo intervenção com média de idade de 30 a 40 anos. No quesito da espirometria apenas o Grupo intervenção com média de idade de 41 a 60 anos apresentou melhora de todas as variáveis espirométricas. **Considerações finais:** Foi possível evidenciar que a reabilitação

pulmonar teve um impacto positivo no tratamento dos pacientes asmáticos, melhorando a qualidade de vida, função pulmonar e a mobilidade de tórax.

**Palavras-chave:** Doença Respiratória; Exercício Físico; Fisioterapia; Promoção da Saúde.