

Título:	MARCADORES DE APTIDÃO FÍSICA E SUA ASSOCIAÇÃO COM FATORES DE RISCO CARDIOVASCULARES EM ADULTOS		
Autores:	Tales Mateus Rachor João Francisco de Castro Silveira Isadora Luz Donicht Leonarda Monalisa Krummenauer João Vitor Lapuente Butzke Ana Paula Sehn Kamila Mohammad Kamal Mansour Nathália Quaiatto Félix Luciana Tornquist Cézane Priscila Reuter		
Área	<input type="checkbox"/> Humanas <input type="checkbox"/> Sociais Aplicadas <input checked="" type="checkbox"/> Biológicas e da Saúde <input type="checkbox"/> Exatas, da Terra e Engenharias	Dimensão:	<input type="checkbox"/> Ensino <input checked="" type="checkbox"/> Pesquisa <input type="checkbox"/> Extensão <input type="checkbox"/> Inovação
Resumo:			
<p>INTRODUÇÃO: As doenças cardiovasculares representam a maior causa de mortalidade em todo mundo, representando 31% das causas de morte globais, e cerca de 27,7% no Brasil. Nesse contexto, a identificação precoce de fatores de risco cardiovasculares já na vida adulta jovem é relevante, permitindo identificar indivíduos de risco elevado e possibilitando intervenções precoces para reduzir a mortalidade cardiovascular futura. Entre os marcadores relacionados à saúde cardiovascular, destacam-se a aptidão cardiorrespiratória, inversamente proporcional aos eventos cardiovasculares e um reflexo da saúde corporal total, e a resistência abdominal, relacionada à manutenção de uma composição corporal saudável, especialmente relacionada à gordura visceral. A integração dos dados obtidos através desses marcadores são capazes de fornecer uma visão ampliada da saúde cardiovascular, e podem ser úteis para a identificação de adultos em risco elevado e prever a presença de fatores de risco cardiovasculares. OBJETIVO: Investigar a relação entre a resistência abdominal e a aptidão cardiorrespiratória com a presença de fatores de risco cardiovascular na fase adulta. METODOLOGIA: Estudo de caráter transversal, a partir de um recorte da pesquisa “Coorte MIRIA”. Para este recorte de análise foram utilizados dados de 197 participantes (120 do sexo feminino; 61,2%). Esses foram submetidos, dentre outros testes, ao teste de aptidão cardiorrespiratória, avaliado através do teste de corrida de 12 minutos seguindo protocolos de Cooper, em pista atlética de atletismo, e o teste de avaliação da resistência muscular abdominal, através do número de abdominais realizados durante um minuto. Para estipular os fatores de risco cardiovasculares, foram avaliados a pressão arterial sistólica (PAS) e diastólica (PAD), insulina, glicose, triglicerídeos, colesterol total e suas frações (HDL-C e LDL-C). As análises foram realizadas por meio de correlações parciais ajustadas para sexo e idade. RESULTADOS: A resistência muscular abdominal associou-se positivamente ao HDL-C (r</p>			

= 0,138; $p = 0,054$), indicando que quanto maior o número de repetições executados durante um minuto, maiores tendem a ser os valores de HDL-C; e inversamente com as variáveis insulina ($r = -0,287$; $p = 0,003$) e triglicerídeos ($r = -0,224$; $p = 0,002$), indicando que quanto maior o número de repetições em um minuto, menores tendem a ser os valores de insulina e triglicerídeos. Já a aptidão cardiorrespiratória associou-se positivamente com a variável de HDL-C ($r = 0,239$; $p = 0,001$; tamanho de associação pequena a média), indicando que quanto maior o desempenho no teste, maiores tendem a ser os valores de HDL-C; e inversamente com as variáveis triglicerídeos ($r = -0,359$; $p < 0,001$) e insulina ($r = -0,356$; $p < 0,001$), indicando que quanto maior o desempenho no teste, menores tendem a ser os valores de triglicerídeos e de insulina. Não foram encontradas associações significativas entre resistência muscular abdominal e aptidão cardiorrespiratória com as variáveis PAS, PAD, glicose, colesterol total e LDL-C, além de não encontrar associação entre a resistência muscular abdominal e os níveis de triglicerídeos. **CONCLUSÕES:** Tanto resistência muscular abdominal, quanto aptidão cardiorrespiratória demonstraram associações benéficas com alguns fatores de risco cardiovascular, demonstrando a importância do condicionamento aeróbico para prevenção ao desenvolvimento de doenças cardiovasculares.

Link do Vídeo:

https://drive.google.com/file/d/1wt7ECTYc63RdFJYWPEgl6feHufRJ_NVj/view?usp=sharing