

71249 - EFEITOS DE UM PROGRAMA DE INTERVENÇÃO COM EXERCÍCIO FÍSICO EM ADOLESCENTES COM EXCESSO DE PESO SOBRE VARIÁVEIS ESPIROMÉTRICAS, ANTROPOMÉTRICAS E DE APTIDÃO FÍSICA

Área de Conhecimento: 88- Promoção da Saúde

INTRODUÇÃO: o excesso de peso corporal pode gerar inúmeras complicações nos diversos sistemas do corpo humano, em especial, no sistema respiratório. O acúmulo da gordura corporal pode causar disfunções nas estruturas relacionadas à mecânica ventilatória, resultando em alterações na função pulmonar e maior esforço respiratório. Contudo, é importante ressaltar que o excesso de peso é um fator modificável e deve ser objeto de estudo para propostas de ações educativas e de intervenção. **OBJETIVO:** o presente estudo buscou verificar possíveis alterações ocorridas em resposta a um programa de intervenção com exercícios físicos em adolescentes com excesso de peso sobre o agrupamento de variáveis espirométricas, antropométricas e de aptidão física. **MÉTODO:** estudo com caráter quase-experimental, realizado com adolescentes diagnosticados com sobrepeso/obesidade, alocados em dois grupos. 23 sujeitos fizeram parte do Grupo Controle (GC) e outros 23 do Grupo Experimental (GE). Os sujeitos do GE participaram de um programa de intervenção com exercícios físicos com duração de seis meses e frequência de três vezes semanais. Foram avaliados parâmetros antropométricos (peso, altura, índice de massa corporal (IMC) e circunferência da cintura (CC)), de função pulmonar (capacidade vital forçada (CVF); volume expiratório forçado no primeiro segundo (VEF1), pico de fluxo expiratório (PFE) e fluxo expiratório forçado entre 25 e 75% da curva de capacidade vital forçada (FEF25/75)), aptidão cardiorrespiratória (APCR) e força explosiva de membros superiores (FMS), antes e após a intervenção, em ambos os grupos. Utilizou-se a análise de componentes principais (ACP) para verificar o agrupamento dos fatores de risco nos períodos pré e pós-intervenção. **RESULTADOS:** no pré-teste, os componentes agruparam-se em três fatores, em ambos os grupos, sendo que o GE obteve representação de 83,56% e o GC 80,19% da variância total do modelo. No fator 1, as variáveis espirométricas se relacionaram positivamente, tanto no GE quanto no GC. No período pós-intervenção, o GE manteve três fatores que explicam 86,40%. Já, o GC, obteve seus componentes agrupados em quatro fatores, explicando 91,13% da variância total do modelo. O fator 1, do GE, foi explicado pela relação positiva entre CVF(%), VEF1 e APCR, com relação inversa do IMC e CC. E, no GC, o fator 1 foi explicado apenas pela relação positiva do IMC e CC e negativa da APCR. **CONSIDERAÇÕES FINAIS:** a ACP revelou modificações no agrupamento das variáveis analisadas após o período de intervenção. No grupo experimental, observou-se maior inter-relação das variáveis após o programa com exercícios físicos, podendo indicar que este contribuiu com o aumento nos níveis de aptidão cardiorrespiratória e alterações na função pulmonar.

Palavras-chave: obesidade, adolescentes, análise de componentes principais, espirometria, aptidão física.

Autor - Leticia Borfe

Coautor - Cézane Priscila Reuter

Coautor - Anelise Reis Gaya