

Responsividade e efeito de diferentes intervenções com exercícios físicos sobre a pressão arterial em adolescentes com excesso de peso

ID do trabalho: 24701

João Victor Affornali Tozo

Hospital Universitário Cajuru, Pontifícia Universidade Católica do Paraná, Brasil;

Maiara C Tadiotto

Núcleo de Qualidade de Vida, Universidade Federal do Paraná, Brasil;

Tatiana AA Tozo

Núcleo de Qualidade de Vida, Universidade Federal do Paraná, Brasil;

Patrícia RP Corazza

Núcleo de Qualidade de Vida, Universidade Federal do Paraná, Brasil;

Francisco J Menezes-Junior

Núcleo de Qualidade de Vida, Universidade Federal do Paraná, Brasil;

Frederico B Moraes-Junior

Núcleo de Qualidade de Vida, Universidade Federal do Paraná, Brasil;

Maria FA Lopes

Núcleo de Qualidade de Vida, Universidade Federal do Paraná, Brasil;

Juliana Pizzi

Núcleo de Qualidade de Vida, Universidade Federal do Paraná, Brasil;

Kátia SM Purim

Departamento de Medicina, Universidade Positivo, Brasil

Jorge Mota

Faculdade do Desporto, Universidade do Porto, Portugal

Beatriz Pereira

Centro de Investigação em Estudos da Criança, Universidade do Minho, Braga, Portugal

Neiva Leite

Núcleo de Qualidade de Vida, Universidade Federal do Paraná, Brasil; Faculdade do Desporto, Universidade do Porto, Portugal

Introdução: Os efeitos do exercício físico sobre a pressão arterial na fase da adolescência são investigados a fim de identificar precocemente um possível fator de risco cardiovascular, prevenir e melhorar os parâmetros de saúde.

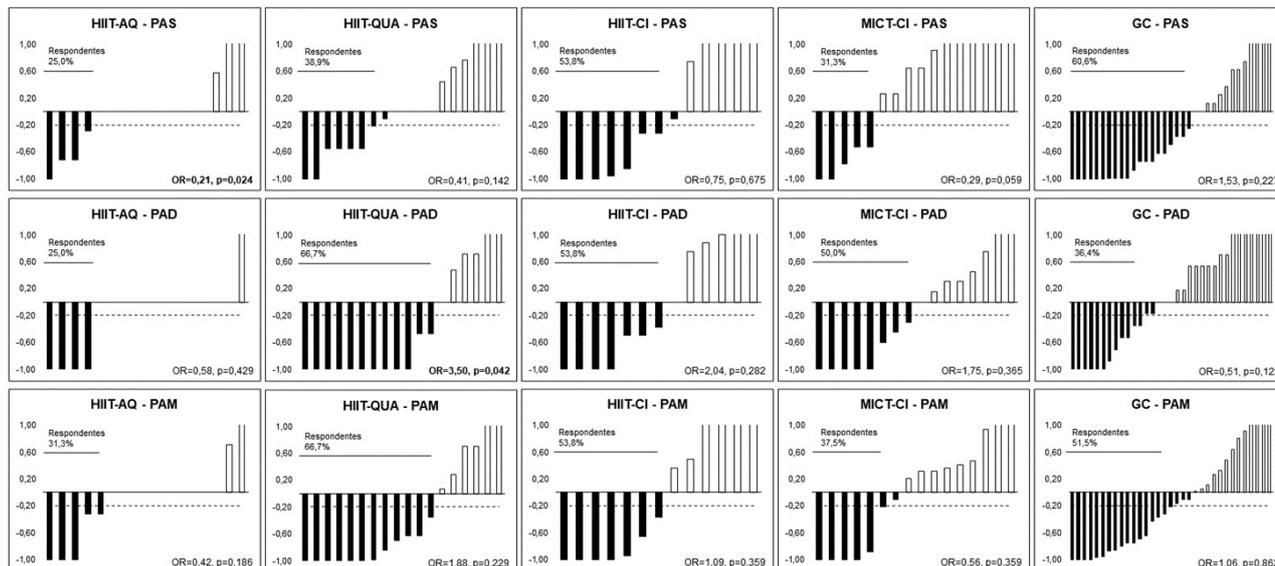
Objetivo: Este estudo avaliou o efeito e a responsividade individual após 12 semanas de treinamento intervalado de alta intensidade (HIIT) e de treinamento contínuo de intensidade moderada (MICT) sobre a pressão arterial (PA) em adolescentes com excesso de peso.

Métodos: Participaram 107 adolescentes com excesso de peso, de ambos os sexos, com idade de 11 a 16 anos, separados em: HIIT aquático (HIIT-AQ, n=16); HIIT quadra (HIIT-QUA, n=18); HIIT ciclismo indoor (HIIT-CI, n=13); MICT ciclismo indoor (MICT-CI, n=16) e grupo controle (GC, n=44). Foram mensuradas estatura, massa corporal, PA sistólica (PAS), PA diastólica (PAD) e PA média (PAM). Foram calculados o índice de massa corporal score z (IMC-z) e idade do pico de velocidade de crescimento (IPVC). A sessão de HIIT durou cerca de 35 minutos de exercícios em ambiente aquático, quadra poliesportiva, bicicleta estacionária, enquanto o MICT durou 60 minutos de exercícios na bicicleta estacionária. Todas intervenções com gasto metabólico semelhante, três vezes na semana, em dias não consecutivos, durante 12 semanas. A análise de variância (ANOVA), o tamanho do efeito (ES) e a prevalência de responsividade foram utilizados na análise estatística, considerando significativo $p < 0,05$.

Resultados: Após 12 semanas de treinamento, o HIIT-AQ apresentou redução na PAD com efeito possivelmente benéfico (ES=-0,22, $p=0,438$), enquanto o HIIT-QUA reduziu significativamente com efeito benéfico a PAD (ES=-0,79, $p=0,015$) e redução benéfica na PAM (ES=-0,043, $p=0,053$). O HIIT-CI apresentou redução trivial na PAS (ES=-0,05, $p=0,865$) e redução possivelmente benéfica na PAD (ES=-0,37, $p=0,286$) e na PAM (ES=-0,26, $p=0,417$). Para o MICT-CI verificou-se redução benéfica na PAD (ES=-0,37, $p=0,246$) e possivelmente benéfica na PAM (ES=-0,20, $p=0,506$). O GC apresentou aumento possivelmente prejudicial na

PAM (ES=0,26, p=0,304). Os resultados das análises de responsividade indicam que os adolescentes que participaram do HIIT-QUA apresentaram três vezes mais chances de redução da PAD (Respondentes=66,7%, OR=3,50, p=0,042) quando comparados aos demais grupos de exercício e grupo controle.

Conclusão: Intervenções de exercícios físicos apresentaram efeitos positivos na pressão arterial diastólica de adolescentes, sugerindo a sua importância na redução de medidas hipertensivas na fase da adolescência e prevenção para a vida adulta.



Palavras-chave

Pressão arterial, Adolescentes, Exercício aeróbico de alta intensidade, Exercício aeróbico de moderada intensidade.

Ao submeter este resumo, o autor confirma que todos os coautores concordam e aprovaram a versão final do resumo e que seus dados de nome e instituição são acurados.

De acordo

Prêmio Destaque Cardiologia da Mulher - Ao optar por concorrer a este prêmio, o autor confirma que seu tema livre tenha enfoque primário nas doenças cardiovasculares ou cerebrovasculares em mulheres. Isto inclui diferenças entre os sexos neste tópico.