

092

COMPORTAMENTO DE GESTANTES QUANTO AO INGRESSO E TEMPO DE PERMANÊNCIA EM UM PROGRAMA DE HIDROGINÁSTICA PARA GESTANTES. *Diosele de Souza Moura, Ilana Finkelstein, Marcus Tartaruga, Luiz Fernando Martins Krueel (orient.) (UFRGS).*

O exercício físico é cada vez mais presente durante a gestação. A hidroginástica é indicada para esta população, pois é adequada para aumentar e manter o condicionamento muscular e cardiovascular, porém poucos são os estudos que analisam a aderência de grávidas no exercício. O objetivo deste estudo foi verificar e caracterizar o comportamento de gestantes praticantes de hidroginástica quanto à idade gestacional de início, tempo de permanência e idade gestacional de interrupção da atividade física. Foi realizado levantamento através de um banco de dados de uma academia de Porto Alegre entre os anos 2001 e 2005, envolvendo 308 gestantes, das classes A e B+, com média de idade 32, 14 ± 4 , 01 anos, 80, 5% eram primigestas. Utilizou-se estatística descritiva para análise de medidas de tendência central e teste de Shapiro-Wilk para normalidade, através do pacote estatístico SPSS, versão 11.0. Os resultados demonstraram que os dados eram normais, a idade gestacional média para ingresso no programa foi de 18, 71 ± 5 , 62 semanas, tempo médio de permanência 14, 85 ± 7 , 09 semanas, término em média com 32, 76 ± 4 , 01 semanas. Apenas 36, 7% das alunas grávidas ultrapassaram as 37 semanas de gestação praticando a hidroginástica. Das 308 gestantes, 19, 15% estavam envolvidas em outra modalidade de exercício físico antes do ingresso no programa. Conclusão: A maioria das gestantes esperou completar o primeiro trimestre de gestação para ingressar em um exercício físico, a grande parte se exercita durante o segundo trimestre, e poucas permaneceram no último mês.