

Estudos envolvendo populações hipertensas e a modalidade hidroginástica ainda são relativamente escassos na literatura. Assim, o objetivo deste estudo foi verificar o comportamento da Pressão Arterial Sistólica (PAS), Diastólica (PAD) e Média (PAM) de mulheres com hipertensão controlada durante sessões contínuas de hidroginástica, realizadas com e sem pré-imersão. Foram testadas oito mulheres (entre 54 e 63 anos), em dois protocolos idênticos de hidroginástica, estes realizados com intervalo de 48 a 72 horas, duração de 32 minutos e intensidade fixada no índice 13 da Escala RPE de Borg (6-20). Anteriormente a uma das sessões de hidroginástica foi realizada uma pré-imersão, caracterizada por um período de repouso de 15 minutos, com o indivíduo imerso na profundidade de processo xifoide. A sessão seguinte de hidroginástica foi realizada sem o período de repouso de 15 minutos em imersão. Para confirmar o controle da intensidade do exercício foram analisados os valores da FC com transmissor T61 (POLAR) e do VO_2 com um analisador de gases portátil VO2000 (AEROSPORT) a cada 10 segundos, a PA foi aferida a cada cinco minutos com um gravador ABPM-04 de MAPA (MEDITECH). Utilizou-se estatística descritiva, ANOVA *two-way* com medidas repetidas e $\alpha < 0,05$. A hipótese do estudo era que o período de repouso pré-sessão de hidroginástica poderia reduzir os valores pressóricos ao longo dos 15 minutos em imersão, permitindo assim que as mulheres hipertensas realizassem a sessão de exercício com um menor esforço cardiovascular, hipótese essa que não se confirmou, visto que os resultados não demonstraram diferença estatisticamente significativa entre as sessões de hidroginástica, para a variável analisada (PAS com pré-imersão: $137,00 \pm 17,16$ mmHg e sem pré-imersão: $134,14 \pm 14,05$; PAD com pré-imersão: $66,29 \pm 8,90$ mmHg e sem pré-imersão: $66,57 \pm 7,32$ mmHg; PAM: com pré-imersão: $88,00 \pm 8,29$ mmHg e sem pré-imersão: $87,40 \pm 6,91$ mmHg). Concluímos que o comportamento da PAS, PAD e PAM de mulheres hipertensas são semelhantes entre as sessões de hidroginástica com e sem pré-imersão.