

084

RESULTADOS DO PROGRAMA “CUIDE-SE EM FORMA” (PROGRAMA DE EXERCÍCIOS AERÓBIOS E DE RESISTÊNCIA MUSCULAR LOCALIZADA CONTROLADOS PARA INDIVÍDUOS HIV/AIDS): EFEITOS SOBRE O PERFIL IMUNOLÓGICO, VIROLÓGICO E**METABOLISMO DA GLUTATIONA.** *Bibiana Sgorla de Almeida, Juliane da Silva Rossato, Mariana Ferraz Rodrigues, Luís Fernando Deresz, Eduardo Sprinz, Edison Luiz Durigon, Alexandre Ramos Lazzarotto, Rui Curi, Paulo Ivo Homem de Bittencourt Junior (orient.) (FEEVALE).*

Desbalanços redox são característicos de pacientes HIV/AIDS. A atividade física regular tem sido preconizada por melhorar o estado geral do paciente. Por outro lado, estudos de nosso grupo sugerem que, além disso, o exercício físico moderado regular apresenta um fator adicional: a “expressão controlada” da proteína de choque térmico HSP70, cuja indução sabidamente bloqueia a replicação das várias isoformas do HIV. Assim, estabeleceu-se Programa Cuide-se em Forma, que está em andamento desde 2005. Resultados do primeiro ano de investigações estão apresentados. O programa foi desenvolvido durante 12 semanas numa frequência de 3 sessões semanais com o incremento da intensidade de 45% a 85% do $VO_{2máx}$ e carga em séries simples de 15 repetições para 6 exercícios. Amostras de sangue foram coletadas antes (tempo 0), após 6 e 24 horas das avaliações mensais. Ao final de 12 semanas de treinamento, a média do $VO_{2máx}$ correspondeu a 31, 11 mL/kg/min e a relação [GSSG]/[GSH] eritrocitária (calculada em termos de nmol/mL de concentrado de hemácias) reduziu ($P < 0,0001$ por ANOVA) do tempo 0 ($41,88 \pm 21,23$), para o 6 h ($3,17 \pm 1,15$) e do 6 h para o 24 h ($1,09 \pm 0,32$), indicando notável recuperação do estado redox celular sistêmico. Houve um significativo aumento ($P < 0,0001$ por Qui quadrado) de $35,6 \pm 8,7\%$ nas contagens de linfócitos TCD4+ e de $26,3 \pm 7,4\%$ nas células TCD8+, sendo que alguns pacientes chegam a dobrar a quantidade destas células. Os participantes mantiveram o número de cópias do HIV abaixo de 50 por mL. Os dados sugerem que o programa seja uma estratégia de intervenção adequada para o controle do estresse oxidativo e melhora na performance imunológica dos pacientes estudados.