

USO DO PEDÔMETRO NA AVALIAÇÃO DA DISTÂNCIA PERCORRIDA NO TESTE DA CAMINHADA DE 6 MINUTOS

MARIA ÂNGELA MOREIRA; THIAGO BICCA ALVES; PAULO ROBERTO SANCHES, ANDRÁ FROTTA MULLER, DANTON PEREIRA DA SILVA JR

O teste da caminhada de 6 minutos (TC6M) é um teste de exercício submáximo utilizado para avaliação funcional respiratória dinâmica. Avalia a distância caminhada, frequência respiratória (FR), frequência cardíaca (FC) e a oximetria de pulso (SpO₂), de forma não invasiva. A distância é medida geralmente através da contagem dos metros caminhados, mas também pode ser avaliada através do número de passos. OBJETIVO: Avaliar a distância percorrida no TC6M utilizando a contagem de metros e de passos. METODOLOGIA: Foi adaptado um pedômetro ao pé dos pacientes submetidos ao TC6M na Unidade de Fisiologia Pulmonar do HCPA no período de outubro a novembro de 2010. O monitoramento da FC, SpO₂ e distância caminhada foram simultâneos por telemetria. A contagem de passos foi obtida a partir da leitura do pedômetro, retirado do paciente ao final da caminhada. RESULTADOS: Foram incluídos 139 pacientes, sendo 70 mulheres e 69 homens, com idade de 52±14 anos. Não houve diferença significativa nas variáveis entre homens e mulheres. Os pacientes foram divididos em 3 grupos em função do IMC: 16-25Kg/m² (58), 25-30Kg/m² (44) e acima de 30Kg/m² (37). Não houve diferença significativa na quantidade de passos (1351±250, 1353±265 e 1331±287) e na distância caminhada (485±89, 454±80 e 451±82m) entre os grupos. A distância caminhada apresentou uma correlação significativa moderada com a quantidade de passos ($r=0,405$ $p=0,001$). CONCLUSÃO: A avaliação do número de passos no TC6M é uma opção alternativa, sendo possível utilizar este método para o controle domiciliar da distância caminhada.