

Associação dos níveis de aptidão física relacionada à saúde com a pressão arterial de crianças

Gisele Pinheiro da Silva¹, Adroaldo Cezar Araujo Gaya²

Introdução

A aptidão física relacionada à saúde de crianças refere-se aos padrões de performance em testes de resistência cardiorrespiratória, força e resistência muscular localizada, flexibilidade e índice de massa corporal. A chance aumentada de desenvolver doenças crônicas degenerativas na vida adulta pode ser atribuída aos baixos níveis de aptidão física durante a infância. Dentre essas doenças, destaca-se a hipertensão arterial, nesse contexto a pressão arterial torna-se um importante indicador de saúde cardiovascular.

Objetivo

Associar os níveis de aptidão física relacionada à saúde de escolares com a pressão arterial – sistólica e diastólica.

Métodos

Trata-se de um estudo correlacional, com abordagem quantitativa. A amostra foi composta de 215 escolares do 1º ao 5º ano do ensino fundamental (de 6 a 12 anos) de uma escola de Porto Alegre-RS. Para avaliar a aptidão física relacionada à saúde foi utilizada a bateria de testes do PROESP-Br de 2016. Para avaliação da aptidão cardiorrespiratória (ApC) foi utilizado o teste de corrida/caminhada de 6 minutos, para a flexibilidade o teste de sentar e alcançar, para a força/resistência muscular localizada o número de abdominais em 1 minuto e para calcular o índice de massa corporal (IMC) avaliou-se a estatura e a massa corporal. A pressão arterial foi aferida com um esfigmomanômetro digital na escola e após cinco minutos de repouso. O protocolo de coleta de dados foi aprovado pelo CEP da UFRGS sob o número: 2.571.198. Para identificar as associações foi utilizada correlação de Pearson (r). Independente do grau de associação (valor de r) as variáveis que apresentaram relação significativa foram testadas novamente através de regressão linear. Estas análises foram ajustadas para a estatura, sexo e idade haja vista as recomendações da VII Diretriz Brasileira de Hipertensão Arterial.

Resultados

Da análise de correlação apenas a aptidão cardiorrespiratória e o índice de massa corporal apresentaram associação significativa ($p < 0,05$). A análise de regressão linear indicou que, considerando o ajuste para

a estatura, conforme há um aumento na ApC há um decréscimo na pressão arterial sistólica e na pressão arterial diastólica. Neste mesmo sentido, o IMC também se associa com a pressão arterial sistólica e com a pressão arterial diastólica, indicando que o aumento do IMC ocasiona um aumento na pressão arterial.

Tabela 1: Valores de análise da aptidão cardiorrespiratória e índice de massa corporal com a pressão arterial sistólica.

	PAS *		
	β	IC 95%	p
ApC	-0,018	-0,030 -0,006	0,004
IMC	1,131	0,712 1,550	0,01

* PAS: pressão arterial sistólica; ApC: aptidão cardiorrespiratória; IMC: índice de massa corporal.

Tabela 2: Valores de análise da aptidão cardiorrespiratória e índice de massa corporal com a pressão arterial diastólica.

	PAD *		
	β	IC 95%	p
ApC	-0,016	-0,025 -0,006	0,002
IMC	0,758	0,413 1,103	0,01

* PAD: pressão arterial diastólica; ApC: aptidão cardiorrespiratória; IMC: índice de massa corporal.

Conclusão

Das variáveis da aptidão física relacionada à saúde, apenas a aptidão cardiorrespiratória e o índice de massa corporal se associam com os níveis de pressão arterial sistólica e diastólica. Ademais, concluímos que bons níveis de aptidão cardiorrespiratória e baixo índice de massa corporal são possíveis indicadores de saúde cardiovascular.

Agradecimentos



1. Graduanda do curso de Licenciatura em Educação Física – ESEFID;

2. Professor Doutor do curso de graduação em Educação Física e do PPG em Ciência do Movimento Humano – ESEFID.