

2515

O IMPACTO DA PRÁTICA REGULAR DE CORRIDA DE RUA NA QUALIDADE DE VIDA DE MULHERES

LAURA LUNA MARTINS; RAFAEL VILAR RODRIGUES; ANA CLAUDIA SELES SOARES; NICELE MIRANDA GUTH; LEONARDO CIOATO; MARCELO SILVEIRA DA COSTA; EMILIAN REJANE MARCON
HCPA - Hospital de Clínicas de Porto Alegre

Introdução: A prática regular de exercícios físicos aeróbicos melhora a capacidade funcional, que está associada com a saúde metabólica e cardiovascular, a funcionalidade física e a melhora da qualidade de vida.

Objetivo: Avaliar o nível de qualidade de vida de mulheres praticantes de corrida de rua comparadas com mulheres sedentárias.

Métodos: Estudo transversal composto por 21 mulheres divididas em dois grupos: grupo Mulheres Corredoras (MC), composto por 12 mulheres praticantes de corrida de rua e o grupo com 9 Mulheres Sedentárias (MS). Foram incluídas no MC, mulheres que praticassem corrida de rua há pelo menos 1 ano e com um volume de treinamento semanal, mínimo, de 25km. No MS foram incluídas as que não praticavam nenhum tipo de exercício físico realizado de forma regular nos últimos seis meses. A pesquisa foi aprovada pelo CEP do Centro Universitário Metodista - IPA sobre o parecer de número 1.552.36/2016. A qualidade de vida foi avaliada através da aplicação do Questionário SF-36 (Medical Outcomes Study 36 – Item Short Form Healthy Survey) que é composto por 36 itens englobados em oito domínios: Capacidade Funcional, Aspectos Físicos, Dor, Estado Geral de Saúde, Vitalidade, Aspectos Sociais, Aspectos Emocionais e Saúde Mental. A variação dos resultados do SF36 é de 0 a 100, sendo 0 o pior estado de saúde e 100 o melhor estado de saúde. Os dados foram analisados através de estatísticas descritivas, Teste t-student, Teste não paramétrico Mann-Whitney e o nível de significância de 5% ($p \leq 0.05$).

Resultados: A média de idade do grupo MC e MS foi 46.9 e 50.1, respectivamente. O tempo de prática de corrida foi de 68.9 meses para o grupo MC e, para o grupo MS, o tempo de sedentarismo foi de 21.1 meses. Quando comparados os dois grupos, apenas a capacidade funcional melhorou significativamente no grupo MC (99.2 ± 1.9 vs 76.1 ± 20.7 ; $p \leq 0.01$). Os domínios aspectos físicos (91.7 vs 80.56 ; $p=0.5$), dor (80.8 vs 61.1 ; $p=0.069$), estado geral de saúde (73.5 vs 61.6 ; $p=0.42$), vitalidade (76.7 vs 63.3 ; $p=0.08$), aspectos sociais (85.4 vs 76.4 ; $p=0.38$), aspectos emocionais (86.1 vs 81.48 ; $p=0.97$) e saúde mental (77 vs 67.6 ; $p=0.11$), quando comparados, os dois grupos não apresentaram diferenças significativas.

Conclusão: A melhora da capacidade funcional, fator importante na redução de risco cardiovascular, melhora da condição geral de saúde e qualidade de vida, foi modificada positivamente em mulheres praticantes de corrida de rua.

2633

ALTERAÇÕES NO EQUILÍBRIO ESTÁTICO DE PACIENTES COM PARAPARESIAS ESPÁSTICAS HEREDITÁRIAS EM PLATAFORMA DE FORÇA

DIANA MARIA CUBILLOS ARCILA ; GUSTAVO DARIVA MACHADO ; VALERIA FEIJÓ MARTINS; ANA PAULA JANNER ZANERDI; DANIELA BURGUEZ ; LAUREN HERBERTS SEHNEM; LEONARDO ALEXANDRE PEYRÉ TARTARUGA ; JONAS ALEX MORALES SAUTE

UFRGS - Universidade Federal do Rio Grande do Sul

Introdução: As paraparesias espásticas hereditárias (PEH) são um conjunto de doenças neurogenéticas, cuja síndrome clínica principal caracteriza-se por espasticidade e fraqueza muscular com comprometimento da propriocepção e controle postural. **Objetivo:** Avaliar o equilíbrio estático com olhos abertos e fechados em indivíduos com paraparesias espásticas hereditárias. **Metodologia:** 24 pacientes (16 SPG4, 4 SPG5, 2 SPG7, 2 SPG3A) com diagnóstico molecular confirmado de PEH concluíram a avaliação basal dos 28 pacientes que participam de estudo de coorte de 30 meses de seguimento. Aplicamos a Spastic-Paraplegia-Rating-Scale (SPRS) e o teste de equilíbrio estático sobre uma plataforma de força. A diferença entre os parâmetros do equilíbrio estático de olhos abertos e fechados foi comparada, bem como sua correlação com a gravidade medida pela SPRS. **Resultados:** Houve diferença significativa no centro de pressão (COP) no eixo médio-lateral ($p=0,003$) e ântero-posterior ($p=0,004$) comparando as condições de olhos abertos e olhos fechado. Quando analisamos apenas pacientes com SPG4, a diferença manteve-se no deslocamento anteroposterior ($p<0,05$), com uma tendência para o médio-lateral ($p=0,059$). A SPRS correlacionou-se com o equilíbrio estático de olhos abertos ($Rho=0,506$, $p<0,05$) no eixo médio-lateral e ($Rho=0,694$, $p<0,05$) no eixo ântero-posterior. **Conclusões:** A instabilidade postural é um parâmetro chave do controle motor, indicativo de maior risco de quedas e que pode impactar em redução da qualidade de vida. A maior instabilidade postural de olhos fechados no teste de equilíbrio da plataforma de força nas PEH corrobora os achados clínicos de disfunção de vias proprioceptivas e são parâmetros objetivos que podem ser importantes biomarcadores para futuros estudos clínicos.

Palavras Chave: Paraparesia espásticas hereditárias, instabilidade postural, equilíbrio estático, propriocepção, plataforma de força