

2150

EFEITOS DA GAMETERAPIA NA FORÇA MUSCULAR, CAPACIDADE AERÓBICA E QUALIDADE DE VIDA DE PACIENTES PEDIÁTRICOS EM USO DE QUIMIOTERAPIA DURANTE INTERNAÇÃO HOSPITALAR.GUILHERME HOFF AFFELDT; JÉSSICA DUQUIA DA SILVA; MICHELLE HAGI FRANTZESKI
IPA - Centro Universitário Metodista do Instituto Porto Alegre**RESUMO**

INTRODUÇÃO: A leucemia e o linfoma são os principais tipos de câncer da infância e adolescência, havendo com principal tratamento a quimioterapia. Seu efeito sistêmico pode gerar sintomas como fraqueza e fadiga. As hospitalizações e os longos períodos de permanência no ambulatório, podem comprometer o desenvolvimento da criança, refletindo na qualidade de vida (QV). A gameterapia torna-se uma alternativa para exercícios aeróbicos e lúdicos, podendo influenciar no gerenciamento da saúde dos pacientes. **OBJETIVOS:** Analisar o efeito da gameterapia na força muscular, capacidade aeróbica e qualidade de vida de pacientes pediátricos em uso de quimioterapia durante internação hospitalar. **METODOLOGIA:** A coleta foi realizada na cidade de Porto Alegre (RS) de abril a agosto de 2019, no hospital da Criança Santo Antônio, no complexo Santa Casa de Misericórdia. Os participantes responderam ao questionário de qualidade de vida "Pediatric Quality of Life™ (PedsQL™) Cancer Module 3.0 e foram submetidos a dois testes. O primeiro se chama Teste de Caminhada de seis minutos (TC6) e o segundo Dinamometria de Preensão Palmar. Após as avaliações, foram submetidos a 12 atendimentos com gameterapia e os testes e questionário foram repetidos na conclusão desse período. **RESULTADOS:** As intervenções com gameterapia refletiram em um aumento significativo na força muscular ($p=0,009$), no Teste de Caminhada de seis minutos ($p<0,001$) e na melhora da qualidade de vida dos pacientes, demonstrado pela diminuição dos escores. **CONCLUSÃO:** A gameterapia melhora a qualidade de vida, a capacidade aeróbica e a força muscular de crianças com câncer hematológico durante o período de quimioterapia.

2195

CAMINHADA ORIENTADA: ESPAÇO DE CUIDADO AO TRABALHADOR DE SAÚDE.LUCAS RODRIGUES MENTZ; CÁSSIO LAMAS PIRES
HCPA - Hospital de Clínicas de Porto Alegre

INTRODUÇÃO: A pandemia da COVID-19 transformou a vida das pessoas no mundo todo. Impactos na saúde, na economia, na política são campos de análises por diversos pesquisadores ao redor do planeta. A saúde do trabalhador, mais precisamente, o profissional de saúde, ganha notoriedade nas ações de cuidado, devido à exposição que estão submetidos. A necessidade de inovar nas linhas de cuidado ao trabalhador é pertinente. A partir disso, os serviços de Educação Física e Terapia Ocupacional, de Psicologia e de Medicina Ocupacional propõem a oferta de um momento-espço de cuidado durante a jornada de trabalho no Hospital de Clínicas de Alegre. Configura-se como um espaço de escuta, de acolhimento, de cuidado, em que o trabalhador possa focar sua atenção para si mesmo. Considera-se que atividades desse porte produzam impactos positivos nas conflitivas interpessoais, frustrações, ansiedade entre outras manifestações de sintomas adversos à saúde (SILVA, 2015). **OBJETIVOS:** Oportunizar ao trabalhador um espaço de cuidado durante a jornada de trabalho; Aliviar tensões de trabalhadores de saúde que atuam no ambiente hospitalar; Acolher situações de sofrimento em um momento de escuta; Aproximar relações interpessoais de trabalho a partir de atividades práticas coletivas. **METODOLOGIA:** Atividade física ao ar livre com 20 minutos de duração durante a jornada de trabalho. São ofertadas: caminhada e alongamentos, bem como técnicas de relaxamento. Sugere-se o alívio das pressões do dia a dia laboral. As recomendações de uso de máscara, distanciamento físico e constante higienização das mãos são orientados ao participante. **OBSERVAÇÕES:** Os colaboradores que participam do projeto relatam se sentirem bem após a prática. Evidencia-se a prática corporal como uma ferramenta importante para o alívio do estresse do cotidiano hospitalar. **CONSIDERAÇÕES FINAIS:** Este projeto caracteriza-se como um importante instrumento de promoção da saúde do trabalhador, assim como um recurso no fomento a práticas de atividade física. É interessante a manutenção de projetos como este para além da pandemia, aliviando estresses e promovendo a saúde física e mental dos trabalhadores.

REFERÊNCIAS: SILVA, Maritza Lordsleem; LEONIDIO, Ameliane da Conceição Reubens; FREITAS, Clara Maria Silvestre Monteiro de. **PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA E O ESTRESSE: UMA REVISÃO BIBLIOMÉTRICA.** Rev. educ. fis. UEM, Maringá, v. 26, n. 2, p. 331-339, June 2015.

2206

EFFECTS OF AEROBIC EXERCISE ON TELOMERE LENGTH IN PATIENTS WITH SYSTOLIC HEART FAILURE: A PROTOCOL STUDY OF A RANDOMIZED CONTROLLED TRIALGABRIEL PEREIRA DE REIS ZUBARAN; LEANDRO TOLFO FRANZONI; EDUARDO LIMA GARCIA; STEPHANIE BASTOS MOTTA; MABEL MARCIELA AHNER; OTÁVIO AZEVEDO BERTOLETTI; MARCO AURÉLIO LUMERTZ SAFFI; ANDERSON DONELLI DA SILVEIRA; ADAMASTOR HUMBERTO PEREIRA; RICARDO STEIN
HCPA - Hospital de Clínicas de Porto Alegre

Introduction: Heart failure with reduced ejection fraction (HFrEF) is a syndrome that leads to fatigue and reduced functional capacity due to disease-related pathophysiological mechanisms. Aerobic exercise plays a key role in improving heart failure outcomes, such as peak oxygen uptake (VO₂peak). In addition, heart failure promotes cell senescence, which involves reducing telomere length. Several studies have shown that patients with a worse prognosis (i.e. reduced functional capacity) also have shorter telomeres. However, the effects of aerobic exercise on telomere length in patients with HFrEF are still

unknown. In an attempt to fill this gap, we designed a study to determine the effects of 16 weeks of aerobic training (32 sessions) on telomere length in HFrEF patients.

Methods and analysis: In this single-center randomized controlled trial, men and women between 50-80 years old will be allocated into two different groups: a moderate-intensity aerobic training group and a control group. Telomere length, functional capacity, echocardiographic variables, endothelial function and walking ability will be assessed before and after 16-week intervention period.

Ethics and dissemination: The study protocol was approved by the Institutional Review Board of the Hospital de Clínicas de Porto Alegre (protocol No. 180651) on December 23th, 2019.

Name of primary registry: Aerobic Exercise and Telomere Length in Patients With Heart Failure

Trial register number: NCT03856736

Date of Registration in Primary Registry: February 27, 2019.

2210

TREINAMENTO FÍSICO COMBINADO EM PACIENTES PÓS-TRANSPLANTE CARDÍACO MUITO RECENTE.

GABRIEL CARVALHO; RICARDO STEIN; JULIANA BEUST DE LIMA; ROSANE MARIA NERY; STEPHANIE BASTOS DA MOTTA; GABRIEL ZUBARAN; ANA CAROLINE NIQUE DE SOUZA; LEANDRO TOLFO FRANZONI; ANDERSON DONELLI DA SILVEIRA; DOUGLAS RINGUES

UFRGS - Universidade Federal do Rio Grande do Sul

Introdução: O treinamento físico é estratégia eficaz na promoção da saúde em pacientes submetidos à transplante cardíaco (TxC). No entanto, pouco se sabe sobre o efeito do treinamento físico combinado (TFC) em indivíduos pós-TxC muito recente (menos de 3 meses).

Objetivo: Avaliar o impacto do TFC através de diferentes variáveis do Teste Cardiopulmonar de Exercício (TCPE) em pacientes pós-TxC muito recente.

Métodos: Série de casos. TCPE foi realizado antes e após 36 sessões de TFC. As sessões foram realizadas duas vezes por semana e as variáveis ajustadas a cada microciclo. A parte principal das sessões compreendeu exercício aeróbico em esteira e exercícios de força em moderada intensidade controlada pela percepção subjetiva de esforço (Escala de BORG e Escala de OMNI, respectivamente), complementados por alongamentos. A duração das sessões variou conforme periodização, atingindo até uma hora e trinta minutos.

Resultados: Foram avaliados quatorze pacientes, oito homens (57%), com idade média de 48 ± 13 anos e índice de massa corporal de $25,8 \pm 3,6$. O treinamento começou em média 68 dias pós-TxC.

Tabela 1. Variáveis do TCPE antes e após o TFC

Variáveis TCPEPré-TFCPós-TFC

VO₂ pico (mL.Kg⁻¹.min⁻¹) 17,3 ± 3,4 21,4 ± 3,8*

FC pico (bpm) 133 ± 14 150 ± 11*

Pulso de Oxigênio (bat/mL) 9,6 ± 1,6 10,9 ± 1,7*

R 1,29 ± 0,1 1,31 ± 0,1

OUES 1,234 ± 0,25 1,483 ± 0,31*

Inclinação VE/VCO₂ 38 ± 4,2 36,1 ± 5,1

FC de reserva (bpm) 38 ± 11 52 ± 10*

FC de recuperação (bpm) 5 ± 4 2 ± 7

TCPE: teste cardiopulmonar do exercício; TFC: treinamento físico combinado; VO₂: consumo de oxigênio; FC: frequência cardíaca; VE: ventilação; R: quociente respiratório; OUES: relação entre o consumo de oxigênio e o logaritmo na base 10 da ventilação; Inclinação VE/VCO₂: relação entre a ventilação e a produção de dióxido de carbono. *P<0,05.

Conclusão: Após 36 sessões de TFC, observamos melhora acentuada no VO₂ pico concomitante a uma maior frequência cardíaca de reserva, aumento no pulso de oxigênio de pico e potencial melhora na eficiência ventilatória. Ademais, neste experimento de eficácia, o TFC foi bem tolerado em pacientes pós-TxC muito recente (Suporte: FIPE, CAPES e CNPq).

2226

IMPACTO DE UM PROTOCOLO DE EXERCÍCIO FÍSICO MULTIMODAL SOBRE A COGNIÇÃO E MODULAÇÃO EPIGENÉTICA EM IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS: UM ESTUDO PILOTO

IASMIN FRAGA; ADRIANE DAL BOSCO; PÉRSIA MENZ; DANIELA POCHMANN; VIVIANE ELSNER

IPA - Centro Universitário Metodista do Instituto Porto Alegre

Introdução: Atualmente, existe um acelerado aumento da população idosa em relação aos demais grupos etários da população mundial, repercutindo na gestão em atenção à saúde, demanda que se torna mais evidente em grupos de maior vulnerabilidade, como moradores de instituições de longa permanência. Evidências científicas atuais sugerem que modificações epigenéticas estão associadas tanto com o envelhecimento fisiológico como na fisiopatologia de doenças relacionadas a idade, demonstrando assim que estratégias de promoção, prevenção e recuperação da saúde precisam ser inseridas nesta população. Já se sabe que a prática de exercício físico regular é uma opção não farmacológica eficaz no aprimoramento da cognição de idosos institucionalizados, contudo os mecanismos moleculares envolvidos nessa resposta não estão elucidados. Objetivos: Avaliar o efeito de um protocolo de treinamento físico sobre a cognição e níveis de acetilação global da histona H3 em sangue periférico de idosos institucionalizados. Métodos: Estudo clínico longitudinal intervencionista quase-experimental, aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário Metodista-IPA (nº 3.376.078) e registrado no Registro Brasileiro de Ensaio Clínicos-ReBEC (RBR-2qkx69). Participaram do estudo 8 idosos com média de