



Evento	Salão UFRGS 2022: SIC - XXXIV SALÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA UFRGS
Ano	2022
Local	Campus Centro - UFRGS
Título	O treinamento resistido com oclusão vascular parcial promove aumento da força muscular, morfologia muscular e função física de pacientes com artrite reumatóide
Autor	VINÍCIUS DA SILVA FREITAS
Orientador	RICARDO MACHADO XAVIER

Justificativa: Pacientes com artrite reumatóide (AR) apresentam alterações na composição corporal e na funcionalidade. O treinamento resistido de alta intensidade (TR-AI), realizado com cargas entre 70-85% de uma repetição máxima (1RM), promove melhoras na força e massa muscular. Entretanto, pacientes com AR podem sofrer desconforto no TR-AI. Assim, o treinamento resistido com oclusão vascular parcial (TR-OVP), pode ser uma nova estratégia na AR. **Objetivos:** Avaliar os efeitos do TR-OVP sobre a força muscular, morfologia muscular e funcionalidade de pacientes com AR. **Métodos:** Mulheres diagnosticadas com AR foram randomizadas em TR-OVP (30%1RM) e TR-AI (80%1RM). Exercícios de extensão de joelho, puxada dorsal e rosca bíceps foram realizados durante doze semanas. A força muscular foi avaliada pelos testes de 1RM e preensão manual. A morfologia muscular foi avaliada por ultrassonografia. A funcionalidade foi avaliada pelos testes *Time-up-and-go* (TUG) e sentar e levantar-30 segundos (TSL-30s). **Resultados parciais:** Onze mulheres, das 30 planejadas, completaram os treinamentos (TR-OVP=7; TR-AI=4). Observou-se aumento da força de extensão de joelho (TR-OVP: $p=0,01$; TR-AI: $p=0,03$), mas sem diferença entre grupos ($p=0,20$). A força muscular na puxada dorsal aumentou apenas para o grupo TR-AI (TR-AI: $p=0,008$), porém sem diferença entre grupos ($p=0,10$). O grupo TR-OVP aumentou a força de preensão manual direita (TR-OVP: $p=0,008$; TR-AI: $p=0,76$) e esquerda (TR-OVP: $p=0,02$; TR-AI: $p=0,52$), apresentando diferenças entre grupos ($p=0,05$ e $p=0,04$, respectivamente). Apenas o TR-OVP aumentou a musculatura do quadríceps (TR-OVP: $p=0,005$ e TR-AI: $p=0,21$). O teste TUG melhorou apenas no TR-OVP (TR-OVP: $p=0,03$; TR-AI: $p=0,67$). A força e a morfologia muscular de bíceps e a funcionalidade pelo TSL-30s não melhoraram em ambos protocolos. **Conclusões:** Essas observações preliminares indicam que o TR-OVP pode melhorar a força muscular, a massa muscular e a função física. Desta forma, pode ser uma estratégia de treinamento para pacientes com AR.