



<b>Evento</b>	Salão UFRGS 2013: SIC - XXV SALÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA UFRGS
<b>Ano</b>	2013
<b>Local</b>	Porto Alegre - RS
<b>Título</b>	Efeitos de dois modelos de treinamento aeróbico realizados em diferentes meios sobre o controle glicêmico de pacientes com diabetes mellitus tipo 2
<b>Autor</b>	SALIME DONIDA CHEDID LISBOA
<b>Orientador</b>	LUIZ FERNANDO MARTINS KRUEL

O diabetes mellitus é uma doença que tem crescido rapidamente na população, principalmente pela aumentada incidência do diabetes mellitus tipo 2 (DMT2). Uma das características encontradas mais evidentes desta doença é o elevado nível de glicose sanguínea. Com esse aumento na incidência de DMT2, cresce também o número de estudos voltados para suas abordagens terapêuticas. Dentre estas abordagens, encontra-se a prática de exercício físico que auxilia no controle glicêmico. Sendo assim o objetivo do presente estudo foi avaliar o treinamento aeróbico realizado em diferentes meios sobre os níveis de glicemia de jejum (GJ), glicemia pós-prandial (GPP) e hemoglobina glicada (HbA1c) em pacientes com DMT2. A amostra foi composta por pacientes diabéticos tipo 2 com idade acima de 30 anos. Os modelos de treinamento propostos tiveram duração de 12 semanas, com um grupo realizando treinamento em meio aquático (GTA) e outro realizando treinamento em meio terrestre (GTT). Este treinamento teve frequência semanal de três sessões, duração das sessões de 45 minutos e intensidade progredindo de 85 a 100% da frequência cardíaca correspondente ao 2º limiar ventilatório, com os grupos experimentais diferindo apenas no meio de realização do treinamento. Coletas sanguíneas foram realizadas antes e após o período de treinamento, sendo as análises das variáveis dependentes realizadas no Laboratório de Patologia Clínica do Hospital de Clínicas de Porto Alegre. Estatística descritiva foi utilizada através de médias e desvios-padrão e uma análise de variância de medidas repetidas com fator grupo foi adotada para as comparações intra e entre grupos. Como resultados, ambos os grupos tiveram os valores de HbA1c reduzidos através das intervenções (GTA: pré:  $7,43 \pm 2,76$ ; pós:  $7,04 \pm 1,95$ ; GTT, pré:  $7,00 \pm 1,51$ , pós:  $6,65 \pm 1,28$ ; efeito tempo,  $p = 0,035$ ). Este resultado não foi encontrado nas variáveis de GJ e GPP, pois estas não foram impactadas de forma significativa pelas intervenções propostas. Portanto, o treinamento aeróbico intervalado no modelo proposto se mostrou eficaz ao melhorar o controle glicêmico através da redução nos níveis de HbA1c, independente do meio de realização de treinamento.