



ESCOLA DE APLICAÇÃO
XIV FÓRUM DE PESQUISA E EXTENSÃO DA ESCOLA DE APLICAÇÃO

CONDICIONAMENTO CARDIORRESPIRATÓRIO DE ESTUDANTES DA ESCOLA DE APLICAÇÃO DA UFPA NO RETORNO ÀS AULAS PRESENCIAIS

Débora Figueiredo Lopes, Cecília de Paula Ribeiro Silva, Harrison de Souza Bezerra,
Alessandra Mendonça Tomás

RESUMO

Introdução: Em 2020, a Organização Mundial de Saúde emitiu alerta mundial em decorrência do surto de coronavírus, que poderia desencadear síndrome respiratória aguda grave (OPAS, 2020). Com esta pandemia, diversas atividades foram paralisadas a fim de conter a transmissão do vírus, dentre elas as aulas presenciais na Escola de Aplicação da UFPA (EA-UFPA) pelo período de dois anos. Sabendo que a Escola é um dos principais espaços de práticas corporais e que para o desenvolvimento destas atividades a boa saúde cardiorrespiratória é necessária, o presente estudo teve como objeto de estudo o condicionamento cardiorrespiratório de estudantes da EA-UFPA no contexto de retorno as aulas presenciais pós-pandemia da Covid-19. **Objetivo:** Avaliar e classificar o nível de condicionamento cardiorrespiratório dos estudantes. **Metodologia:** O presente estudo foi desenvolvido por meio do Projeto de Pesquisa Saúde na EA-UFPA (portaria nº: 110/2022). Durante o período de um mês, foram convidados a participar do estudo estudantes adolescentes, regularmente matriculados na EA-UFPA, de ambos os sexos. Para a avaliação utilizou-se do protocolo estabelecido pela Sociedade Torácica Americana (ATS, 2002), que consistia na análise de saturação (SaO₂) mensurada por meio de oxímetro de pulso da marca Bic, que foi posicionado no dedo indicador do aluno e do condicionamento cardiorrespiratório, medido por meio da distância percorrida (em metros) no Teste de caminhada de 6 minutos (TC6) no qual, os alunos foram estimulados caminhar pela maior distância possível, nos 30 metros demarcados na quadra de esportes da Escola durante os 6 minutos de teste, imediatamente após a realização do TC6, foi solicitado que os estudantes indicassem por meio da Escala de Borg o nível de esforço para realização da atividade (ROSAS *et al*, 2005). A análise do condicionamento considerou a distância percorrida (DP) com base na seguinte equação: $DP = 622,461 - (1,846 \times \text{idade em anos}) + (61,503 \times \text{sexo feminino} = 1; \text{masculino} = 0)$ (DOURADO, 2011; IWAMA, 2019), a qual indicava o desempenho mínimo almejado para se alcançar um condicionamento cardiorrespiratório adequado. Todas as análises foram realizadas por meio do programa Excel 365, com valores apresentados em percentuais. O desempenho cardiorrespiratório foi classificado como adequado quando os valores mínimos da distância percorrida foram alcançados (sexo feminino: 550 metros; sexo masculino: 620 metros) e, ruim quando os valores mínimos não eram alcançados. **Resultados:** Participaram do presente estudo doze estudantes (sexo feminino: sete; sexo masculino: cinco), com faixa etária de 13 a 15 anos. Foi constatado que 25% dos voluntários apresentaram reduções maiores que 2% no nível de dessaturação de oxigênio conforme recomendado por Dumke (2006), os mesmos informaram que praticam atividades físicas com regularidade e não relataram conhecimento de distúrbios cardiorrespiratórios prévios. Além disso, outros 25% dos voluntários ficaram abaixo da média

de distância percorrida e apresentaram nível de dessaturação dentro do esperado. Na auto percepção de esforço após o TC6, os avaliados, os quais não atingiram SaO₂ ou DP suficientes, classificaram o nível de esforço entre leve e moderado na Escala de Borg, não relatando quaisquer outros fatores os quais possam ter interferido em seus resultados. Os 50% restantes de avaliados apresentaram resultados insatisfatórios, contudo, não foi possível identificar a causa para tal desempenho na DP, portanto, faz-se necessária a investigação com detalhes para um melhor prognóstico. Nossos resultados são preliminares e as coletas seguem em andamento. **Conclusão:** Até o presente momento, constatou-se que 25% dos estudantes analisados possuem prejuízos no condicionamento cardiorrespiratório e nível de saturação, neste retorno às aulas presenciais após a pandemia da Covid-19. Práticas corporais devem ser estimuladas a fim de melhorar os níveis de condicionamento cardiorrespiratório dos escolares.

Palavras-chave: Teste de caminhada de 6 minutos; Condicionamento Físico Humano; Dispneia;

REFERÊNCIAS

AMERICAN THORACIC SOCIETY. ATS Statement: Guidelines for the Six-Minute Walk Test. American Journal of Respiratory and Critical Care Medicine, v. 166, n. 1, p. 111–117, jul. 2002.

DOURADO, V. Z. Equações de referência para o teste de caminhada de seis minutos em indivíduos saudáveis. Arquivos Brasileiros de Cardiologia, v. 96, n. 6, p. e 128–e 138, jun. 2011.

DUARTE JUNIOR, M. A. DOS S. et al. Association of eating habits and cardiorespiratory fitness with the nutritional status of students. Journal of Physical Education, v. 32, 1989.

DUMKE, A. Estudo do comportamento da saturação periférica de oxigênio durante o teste de caminhada de 6 minutos em pacientes com doenças pulmonares crônicas. www.lume.ufrgs.br, 2006.

OPAS/OMS | Organização Pan-Americana da Saúde. Histórico da pandemia de COVID-19 - Disponível em: <<https://www.paho.org/pt/covid19/historico-da-pandemia-covid-19>>.

IWAMA, A. M. et al. The six-minute walk test and body weight-walk distance product in healthy Brazilian subjects. Brazilian Journal of Medical and Biological Research, v. 42, n. 11, p. 1080–1085, 2 out. 2009.

MALTA, D. C. et al. The COVID-19 pandemic and changes in the lifestyles of Brazilian adolescents. Revista Brasileira de Epidemiologia, v. 24, 2021.

OKURO, R. T.; SCHIVINSKI, C. I. S. Teste de caminhada de seis minutos em pediatria: relação entre desempenho e parâmetros antropométricos. Fisioterapia em Movimento, v. 26, n. 1, p. 219–228, mar. 2013.

ROSAS, K.; AZEVEDO, S.; MAYNARD DA SILVA, K. Teste de Caminhada de 6 minutos: técnica e interpretação 6-minute walking test: technique and interpretation. Pulmão RJ, v. 27, n. 1, p. 57–62, 2018.