



Simpósio de Integração Acadêmica

“Ciências Básicas para o Desenvolvimento Sustentável”

SIA UFV 2023



Efeito do destreinamento físico induzido pela pandemia de Covid-19 em indicadores de saúde física e mental de pessoas com lesão medular espinal

Lucas Vieira Santos¹, Lucas Barbosa Almada¹, Karla Raphaela da Silva Ramos¹, Claudia Eliza Patrocínio de Oliveira¹, Eveline Torres Pereira¹, Osvaldo Costa Moreira²

lucas.vieira@ufv.br, lucas.b.almada@ufv.br, karla.r.freitas@ufv.br, cpatrocinio@ufv.br, etorres@ufv.br, osvaldo.moreira@ufv.br

1 - Universidade Federal de Viçosa, Departamento de Educação Física - Campus Viçosa 2- Universidade Federal de Viçosa, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde - Campus Florestal

Categoria do Trabalho: Pesquisa - Área Temática: Educação Física - Grande Área: Ciências Biológicas e da Saúde

Palavras-chave: qualidade de vida, ansiedade, força muscular

Introdução

A lesão medular espinal (LME) é uma condição que causa prejuízos motores, fisiológicos, sociais e psicológicos, que pode resultar em incapacidade permanente, aumento da morbidade e mortalidade, impactando a qualidade de vida (QV) do sujeito. A manutenção da aptidão física e da capacidade funcional é fundamental para minimizar os efeitos deletérios da LME na saúde e na qualidade de vida dessas pessoas. Neste contexto, o exercício se mostra uma ferramenta eficaz e segura para reduzir tais consequências e manter a autonomia e qualidade de vida dessa população. Por isso, o destreinamento, definido como a redução ou interrupção do treinamento físico, pode representar uma ameaça ao estado de saúde e QV desses indivíduos.

Objetivos

O objetivo deste trabalho foi avaliar o efeito do destreinamento induzido pela pandemia de COVID-19 em indicadores de saúde física e mental de pessoas com LME.

Metodologia

A composição corporal (CC) e o conteúdo mineral ósseo (CMO) foram avaliados por meio de DEXA; também foram avaliadas a contração isométrica voluntária máxima (CIVM), força máxima (1RM) e a potência muscular.

Um teste de estado funcional (Zigue-Zague) e inventários de Ansiedade e de Depressão de Baeck para o rastreo de sintomas dos respectivos transtornos mentais foram aplicados.

O intervalo entre as avaliações foi de 32 meses. Para a análise dos dados foi empregado o Método JT para pesquisas e intervenções com sujeitos únicos ou em amostras reduzidas.

A amostra do estudo foi constituída de cinco pessoas com LME torácica com média de idade de $46,2 \pm 13,9$ anos, sendo 2 homens e 3 mulheres, que participavam do Projeto Fortalecer quando este teve suas atividades interrompidas pela pandemia de COVID-19 em Março de 2020.

Resultados e Discussão

Os resultados mostram perdas significativas na agilidade funcional, nas três manifestações da força muscular e uma piora nos sintomas de ansiedade e depressão. Apenas um indivíduo apresentou perda significativa de massa muscular. A massa corporal total e a massa de gordura se comportaram de maneira similar, 1 sujeito apresentou perda significativa, 2 as aumentaram significativamente e 2 não apresentaram alterações. Um participante apresentou piora significativa do T-score na avaliação do CMO, enquanto para o Z-score, 2 sujeitos não apresentaram alterações significativas, 1 apresentou melhora significativa e, o outro uma piora significativa para este indicador.

Conclusões

É possível concluir que, 32 meses de destreinamento pioraram significativamente agilidade funcional, as manifestações da força muscular e os sintomas de ansiedade e depressão do participantes do estudo. A CC e o CMO apresentaram resultados heterogêneos que devem ser avaliados de maneira individual para cada indivíduo.

Apoio financeiro

Este estudo teve financiamento da Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de Minas Gerais - APQ-02263-21

Agradecimentos

Agradecemos à Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - Brasil (CAPES)