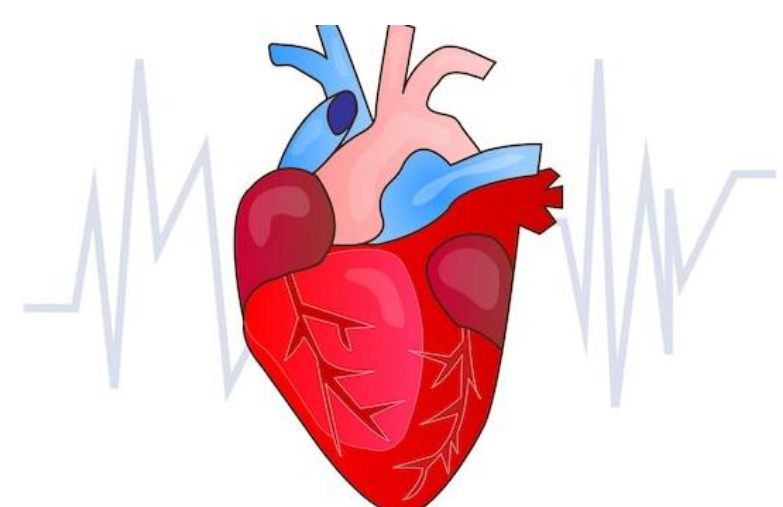


EXERCÍCIO FÍSICO SUPERVISIONADO NA PROFILAXIA E TRATAMENTO DOS FATORES DE RISCO CARDIOVASCULAR EM UMA COMUNIDADE UNIVERSITÁRIA: PROCARDIO-UFV

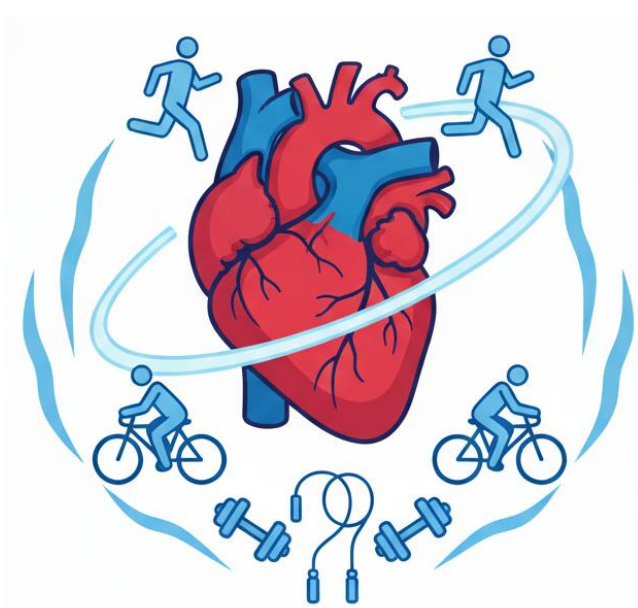
Amanda Oliveira Moreira, Miguel Araujo Carneiro-Júnior, Taís Rodrigues Dias, Arthur Eduardo de Carvalho Quintão, Matheus Soares Faria, Camile Victoria Pezo de Souza, Patrick Müller Gomes, Ray do Nascimento Pereira, Pyetra Waleska Paluma Pereira.

ODS 3 – Saúde e Bem-Estar
Trabalho de Extensão

Introdução



Doenças cardiovasculares



Exercício físico como tratamento não farmacológico (DAMORIM et al., 2017, LOPES et al., 2021)



Programa de Atenção à Saúde Cardiovascular

Objetivo

Verificar os efeitos de um treinamento multicomponente sobre:

- PAS, PAD, peso corporal, flexibilidade da cadeia posterior, força isométrica de membros superiores e da cadeia posterior do corpo, força abdominal e força dinâmica de membros superiores de participantes do PROCARDIO - UFV.

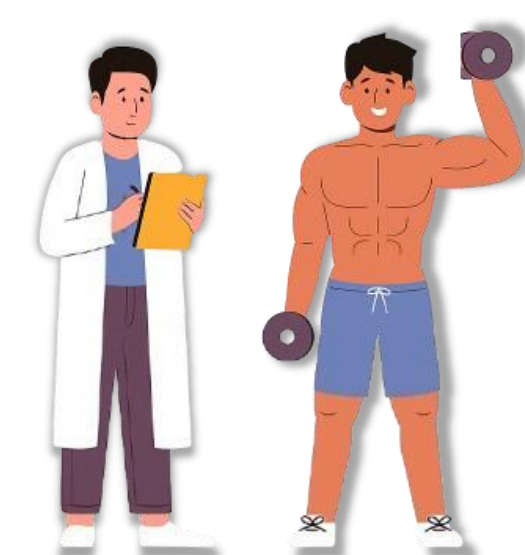
Metodologia



Critérios iniciais

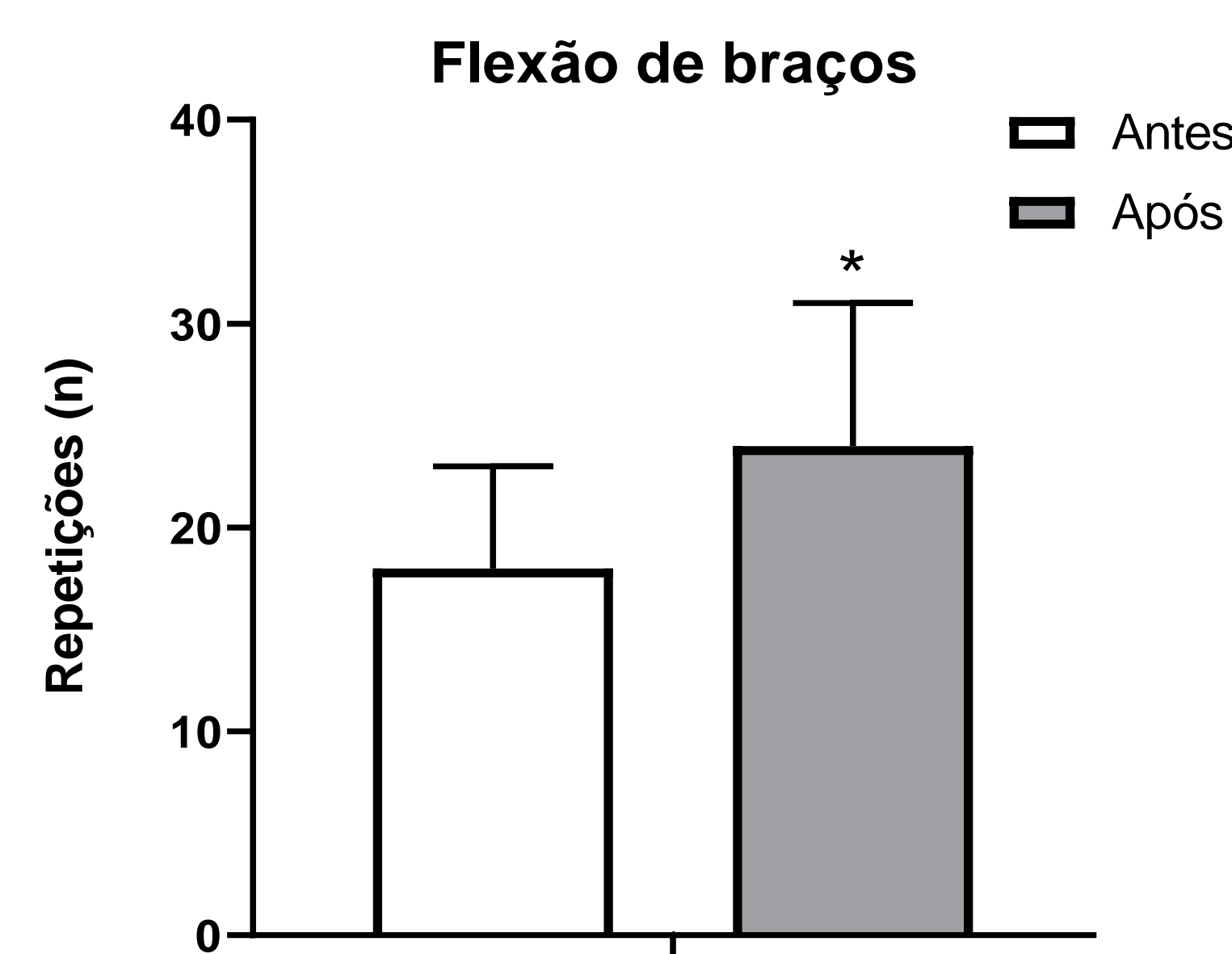
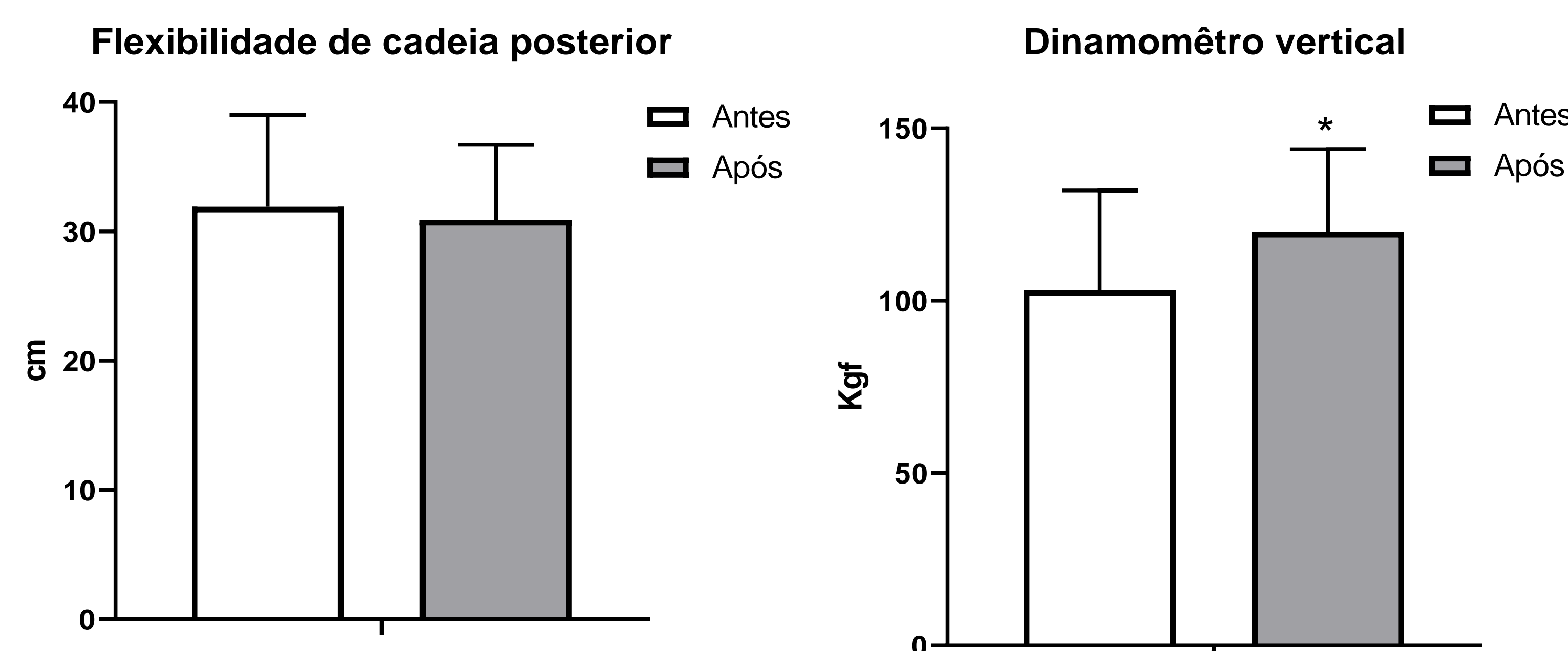
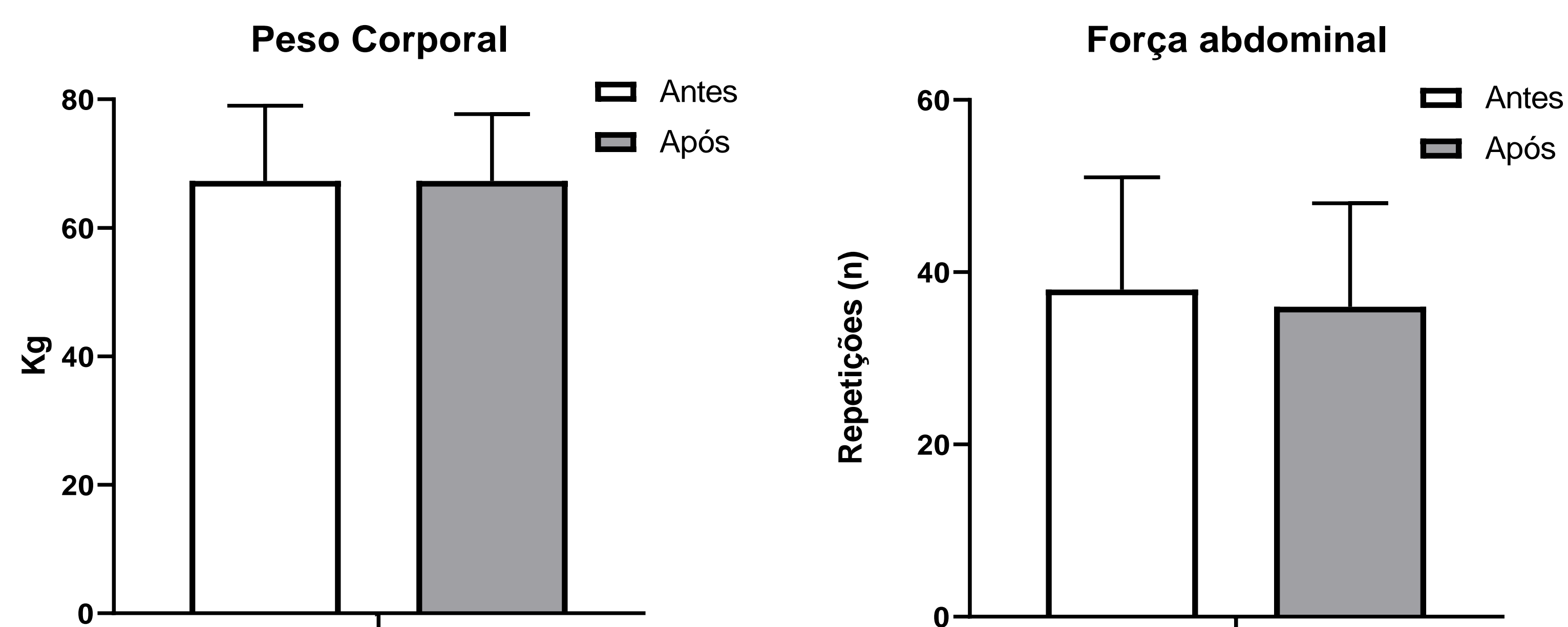
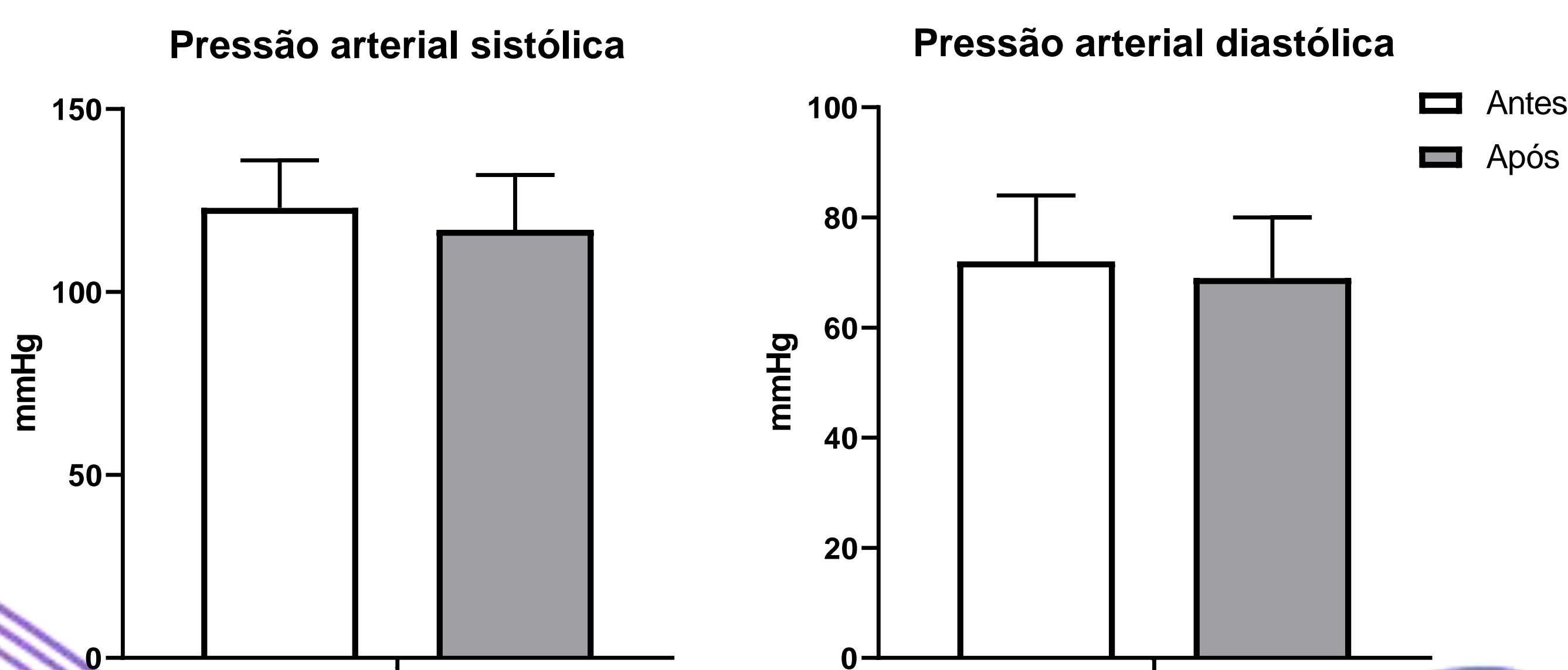


Treinamento Multicomponente (TMC)



Avaliação

Resultados



Conclusões

O TMC aumentou a força isométrica de membros superiores/cadeia posterior do corpo e a força dinâmica dos membros superiores. Não alterou a PAS, PAD, peso, força abdominal e flexibilidade da cadeia posterior do corpo.

Bibliografia

DAMORIM, Igor Rodrigues *et al.* Kinetics of hypotension during 50 sessions of resistance and aerobic training in hypertensive patients: A randomized clinical trial. **Arquivos brasileiros de cardiologia**, v. 108, n. 4, p. 323-330, 2017.

LOPES, Susana *et al.* Effect of Exercise Training on ambulatory blood pressure among patients with Resistant Hypertension: A randomized clinical trial: A randomized clinical trial. **JAMA cardiology**, v. 6, n. 11, p. 1317-1323, 2021.

Apoio

