

IMPACTO DE UM PROGRAMA DE EXERCÍCIO RESISTIDO EM PACIENTES EM HEMODIÁLISE

Ana Talya Soares Torres, Lia de Oliveira Domingues, Cleane Vieira de Souza, Pedro Felipe Carvalhedo de Bruin

Introdução: A Doença Renal Crônica (DRC) acomete 12% da população mundial e costuma acompanhar-se de redução da capacidade físico-funcional. Tem sido sugerido que a prática de exercícios pode contribuir para a redução desses problemas.

Objetivos: Investigar os efeitos de um programa de exercícios físicos intradialítico em pacientes com DRC sobre a capacidade físico-funcional.

Métodos: Foram recrutados pacientes adultos de ambos os sexos em hemodiálise crônica de uma clínica de Fortaleza. Os pacientes foram randomizados para Grupo Exercício (GE) que consistiu de 3 meses de treinamento supervisionado com exercícios resistidos intradialíticos, 3 vezes/ semana, ou Grupo Controle (GC), sem atividade física na diálise. A capacidade físico-funcional foi medida pelos testes "timed-up-and-go" (TUG) e "sit-to-stand" (SS).

Resultados: Foram incluídos 61 pacientes ($H/M = 34/27$; idade média+DP= 50.9 anos; GE: n=30; GC: n=31). Ao final do estudo, observou-se piora dos testes TUG e SS no GC, (respectivamente, mediana= 8,81 vs 9,81; 11 vs 9) mas não no GE.

Conclusão: Programa supervisionado de exercícios físicos resistidos intradialíticos é capaz de reduzir o declínio da capacidade físico-funcional em pacientes com DRC em tratamento com hemodiálise.

Agradecimentos: ATT e LOD receberam bolsa de Iniciação Científica e PFCB recebeu bolsa de produtividade em Pesquisa do CNPq (Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico). CVS recebeu bolsa Funcap (Fundação Cearense de Amparo à Pesquisa).

Palavras-chave: Hemodiálise. Capacidade física. Exercício físico. Intradialítico.