

EFEITOS DO CONDICIONAMENTO FÍSICO AERÓBIO EM PACIENTES COM HIV/AIDS

Gladys Cely Faker Lavado

Orientador: Carlos Eduardo Negrão

Universidade de São Paulo

Escola de Educação Física e Esportes - USP

resumo

Para estudar os efeitos de um programa de condicionamento físico aeróbio sobre as respostas da pressão arterial (PA), da frequência cardíaca (FC), do consumo de oxigênio (VO_2) e do comportamento imunológico em indivíduos portadores de HIV/AIDS, 32 indivíduos, sendo 16 soropositivos e 16 soronegativos, foram alocados em 4 grupos distintos. Deles, 9 pacientes soropositivos (HIVPT) e 8 indivíduos soronegativos (HIVNT) se submeteram ao programa de condicionamento físico, e 7 pacientes soropositivos (HIVPS) e 8 indivíduos (HIVNS) foram seus respectivos controles. O programa consistiu de um período de 12 semanas de condicionamento físico aeróbio com intensidade de 60-70% da FC máxima, com frequência de duas sessões semanais, com duração de uma hora por sessão. Todos os participantes realizaram teste de esforço antes e após o período experimental.

O comportamento imunológico foi avaliado através da contagem de células CD4 nos pacientes soropositivos (HIVPT e HIVPS). Os componentes dos grupos controle foram orientados a manter seus níveis correntes de atividade de vida diária. Houve uma redução significativa da pressão arterial sistólica (PAS) no repouso e numa mesma carga absoluta, e da pressão arterial diastólica (PAD) numa mesma carga absoluta nos pacientes HIVPT; redução significativa da FC numa mesma carga absoluta nos pacientes HIVPT; aumento do VO_2 , do equivalente metabólico (MET), do tempo do teste de esforço máximo e da contagem de células CD4 nos pacientes HIVPT. Não foi observada modificação significativa na FC de repouso nos pacientes treinados. Em conclusão, os achados permitem afirmar que um programa de condicionamento físico aeróbio com intensidade moderada é seguro e efetivo neste grupo de pacientes.