

## **IDENTIFICAÇÃO E ANÁLISE DO CONDICIONAMENTO FÍSICO AERÓBICO DE PESSOAS ASMÁTICAS SEDENTÁRIAS E FÍSICAMENTE ATIVAS DA CIDADE DE JACOBINA - BA.**

Éder Dias de Almeida Silva  
Graduando em Educação Física da UNEB

Rafael Leal Dantas Estrela  
Professor da UNEB

### **INTRODUÇÃO**

A vertente da Saúde presente na Educação Física (EF) enfatiza a relevância e destaque que a mesma apresenta na profilaxia de doenças, possibilitando a intervenção do profissional de EF na prevenção e reabilitação de patologias, considerando principalmente as crônicas.

Dados do IBGE do ano de 2003, apontam que no Brasil 52.638.232 milhões de pessoas conviviam com alguma doença crônica, sendo que uma grande parcela dessa população estava na faixa etária entre 20 a 39 anos.

A Asma caracteriza-se pela inflamação e obstrução das vias respiratórias com evolução variável, podendo apresentar alívio espontâneo ou com tratamento, esta evidencia-se pelo estreitamento generalizado das vias respiratórias, provocando redução do fluxo ventilatório, sibilos e dispneia (FAUCI; et al., 2008).

Atualmente a Asma é comum em todo o mundo, acometendo cerca de 300 milhões de indivíduos. No Brasil, estima-se que existam 20 milhões de asmáticos, sendo que em 2011 foram registrados pelo DATASUS cerca de 160.000 hospitalizações por Asma, colocando-a como quarta causa de internações pelo SUS (STIRBULOV, 2012). Portanto, percebe-se que a Asma é um importante problema de saúde pública.

### **OBJETIVO GERAL**

- Compreender como o nível habitual de atividade física interfere no condicionamento físico de asmáticos.

### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Descrever a patogenia da asma e suas alterações morfofisiológicas.
- Identificar o nível habitual de atividade física em asmáticos
- Identificar o nível de condicionamento físico
- Explicar a potencial adaptação pulmonar promovida pelo estilo de vida fisicamente ativo em pessoas asmáticas.

### **METODOLOGIA**

No que concerne ao âmbito do estudo esta pesquisa, descritivo-explicativa, pode ser considerada de campo. Para a coleta de dados serão aplicadas a anamnese e o questionário internacional de atividade física, além dos testes de campo: Cooper 2400 metros e Caminhada de 6 minutos. No que concerne à análise de dados será elaborado um banco de dados com as informações obtidas e através do programa SPSS 16 os dados serão pré-codificados, processados e analisados.

### **REFERÊNCIAL TEÓRICO**

O treinamento aeróbico estimula as adaptações pulmonares, principalmente no fator ventilação. Exercícios com intensidade máxima e submáxima provocam um aumento da

ventilação, por causa de um maior volume corrente e uma frequência respiratória aumentada. Ademais, o exercício aeróbico eleva a capacidade de suportar níveis excepcionalmente altos de ventilação submáxima, reduz o gasto energético desencadeado por um menor trabalho respiratório, pois o exercício aprimora a função dos músculos ventilatórios. A reabilitação pulmonar melhora: os sintomas respiratórios (falta de ar e tosse), a capacidade funcional na endurance cardiorrespiratória, reduz a frequência e a intensidade dos problemas respiratórios, maximiza a saturação do oxigênio arterial e a liberação do dióxido de carbono, dentre outros (MCARDLE; KATCH e KATCH, 2008). Diante do exposto é recomendada a prática de exercícios físicos para asmáticos estáveis.

O professor de Educação Física detém o conhecimento teórico-prático sobre os aspectos que circundam a prática de exercício físico, além do planejamento de treinamentos diversificados que se ajustam aos mais variados objetivos dos praticantes. O exercício físico orientado por um profissional de Educação Física apresenta resultados mais rápidos ao corpo, por este respeitar as individualidades biológicas trabalhando força, resistência, elasticidade, potência, e adaptações fisiológicas ao corpo humano, tornando-o mais eficiente perante situações adversas, sendo indispensável num processo de promoção de saúde.

Diante da quantidade de indivíduos que convivem com a Asma tanto no Brasil quanto no mundo, nota-se a necessidade de mais pesquisas e do desenvolvimento de ações preventivas e de tratamento da Asma, que busquem encontrar novas alternativas para ajudar as pessoas que apresentam tal patologia e principalmente levar tais saberes até a população. Sendo assim, o presente trabalho a partir de seus futuros resultados pretende contribuir na situação problema supracitada.

## REFERÊNCIAS

FAUCI, Anthony S. [et al.] **Harrison Medicina Interna**. 17<sup>a</sup> ed. Rio de Janeiro: McGraw-Hill, 2008.

Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística – IBGE (2003). Disponível: <<http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/trabalhoerendimento/pnad2003/sau de/tab03.pdf>> Acessado: 16/08/2011

MCARDLE, William D.; KATCH, Frank I.; KATCH, Victor L. **Fisiologia do exercício: energia, nutrição e desempenho humano**. 6<sup>a</sup> ed. Traduzido por Giuseppe Taranto. Rio de Janeiro – RJ: Guanabara Koogan, 2008.

STIRBULOV, Roberto (Participantes do grupo de trabalho das diretrizes). **Diretrizes da Sociedade Brasileira de Pneumologia e Tisiologia para o Manejo da Asma – 2012**. *Jornal Brasileiro de Pneumologia*. Vol.38, Suplemento 1, p. S1-S46 Abril 2012.