



B111

ESTUDO DAS VARIÁVEIS PRESSÃO ARTERIAL E FREQUÊNCIA CARDÍACA EM ADOLESCENTES OBESOS E ACOMPANHAMENTO DA INTENSIDADE DE ESFORÇO FÍSICO DURANTE UM PROGRAMA DE ATIVIDADES FÍSICAS

Eduardo Micheletto Scarpa (Bolsista CNPq) e Profa. Dra. Antonia Dalla Pria Bankoff (Orientadora), Faculdade de Educação Física – FEF, UNICAMP

O excesso de peso e a obesidade constituem um dos mais atuais problemas que acometem crianças e adolescentes em nossa sociedade, e a intervenção, com exercícios físicos, é um fator de grande importância para o combate do problema (Pollock e Wilmore, 1993). A população estudada foi de cinco adolescentes obesos, sendo três masculino, com Índice de Massa Corporal (IMC) 30,3, média de idade 12 anos e dois feminino apresentando ambas IMC de 28,9 (sobrepeso) e com média de idade 10,5 anos (Organização Mundial de saúde, 1997). O objetivo foi verificar o comportamento das variáveis pressão arterial sistólica (PAS), pressão arterial diastólica (PAD) e frequência cardíaca (FC) durante um programa de atividades físicas, e acompanhar a intensidade de esforço na caminhada, com manutenção de uma frequência cardíaca alvo (FCA) de trabalho. Resultados: Comparando-se as aulas iniciais com as aulas finais, foi observada redução dos valores de PAS e PAD em situação de repouso para os grupos masculino e feminino; redução dos valores de PAD pós-esforço para ambos os grupos, porém em nível mais acentuado para o grupo feminino. Aumento da intensidade de esforço da caminhada para manutenção da FCA de trabalho.

Atividade Física – Adolescentes – Obesidade – Frequência Cardíaca – Pressão Arterial