



B0243

### **ANÁLISE DA CONCENTRAÇÃO DE CORTISOL SALIVAR EM SUJEITOS SUBMETIDOS AO YOGA**

Janir Coutinho Batista (Bolsista SAE/UNICAMP) e Profa. Dra. Dora Maria Grassi-Kassisse (Orientadora), Instituto de Biologia - IB, UNICAMP

Durante situações de estresse, é ativada a medula adrenal, liberando, principalmente adrenalina, que pode preservar a integridade do meio interno, por promover ajustes antecipatórios e compensatórios, que podem aumentar a probabilidade de sobrevivência. A participação dos glicocorticóides na reação de estresse inclui duas classes de ações: uma ação moduladora, que altera a resposta do organismo durante a reação de estresse; e outra ação preparatória, que prepara o organismo para enfrentar um subsequente estressor ou adaptar-se ao estresse crônico. Atualmente o aumento no número de situações estressantes tem levado indivíduos a apresentarem inúmeras doenças. Para o tratamento das mesmas vem sendo recomendada a prática do Yoga. Os objetivos do presente projeto são: avaliar concentração salivar de cortisol em indivíduos saudáveis e com doenças antes e após programa de Yoga (Instituto Visão Futuro-Campinas). Todos os indivíduos serão convidados a participar do projeto (Termo de Consentimento Informado). As doenças serão identificadas pelos médicos de cada paciente a anexado junto a documentação com o CID de cada uma. O índice de estresse percebido será quantificado através de questionário: antes do início da prática do Yoga e depois de três meses de prática. Os resultados dos grupos serão expressos sobre a média da amostragem. Todos os resultados receberão tratamento estatístico (Programa EPI-INFO versão 6.5 ou Prisma Software). As diferenças entre os grupos serão consideradas estatisticamente significantes quando o valor de  $p < 0,05$ . O trabalho se iniciou em março e está em fase de coleta de dados.

Cortisol - Estresse - Yoga