

**Evento:** COBRA F

**Modalidade:** PÔSTER

**Tema:** C05. Fisioterapia na Saúde e Funcionalidade do Adulto

## **EFICÁCIA DO TREINO AERÓBIO NO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DE INDIVÍDUOS PÓS-ACIDENTE VASCULAR ENCEFÁLICO**

LARISSA TAVARES AGUIAR (Aguiar LT) - UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS -

larissatavaresaguiar@gmail.com, Sylvie Nadeau (Nadeau S) - Université de Montreal (UdeM)/Canada, Raquel

Rodrigues Britto (Britto RR) - Universidade Federal de Minas Gerais, Luci Fuscaldi Teixeira-Salmela (Teixeira-Salmela

LF) - Universidade Federal de Minas Gerais, Júlia Caetano Martins (Martins JC) - Universidade Federal de Minas

Gerais, Ludmylla Ferreira Quintino (Quintino LF) - Universidade Federal de Minas Gerais, Sherindan Ayessa Ferreira de

Brito (Brito SAF) - Universidade Federal de Minas Gerais, Christina Danielli Coelho de Morais Faria (Faria CDCM) -

Universidade Federal de Minas Gerais

**Introdução:** A inatividade física após o acidente vascular encefálico (AVE) está associada a vários fatores e tem sido apontada como causa e consequência de problemas de saúde e incapacidades. Portanto, é importante aumentar o nível de atividade física após o AVE. No entanto, a eficácia do treinamento aeróbico no aumento do nível de atividade física desses indivíduos é desconhecida. **Objetivo:** Investigar os efeitos do treinamento aeróbico no nível de atividade física, na aptidão cardiorrespiratória, na capacidade de exercício, na mobilidade e na qualidade de vida após o AVE. **Métodos:** Um ensaio clínico aleatorizado, com examinador cegado, está sendo realizado. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UFMG (#51454115.6.0000.5149) e registrado ([www.ClinicalTrials.gov](http://www.ClinicalTrials.gov): identificador NCT02798237). Vinte e dois indivíduos (&#8805;20 anos) pós-AVE (>6 meses), sedentários ou insuficientemente ativos, e que apresentem liberação médica para realizar exercício físico, estão sendo recrutados. Os participantes elegíveis estão sendo aleatorizados em grupo experimental (treino aeróbico em esteira, com intensidade de 60-80% da frequência cardíaca de reserva, baseado em teste cardiorrespiratório máximo) ou controle (caminhada no solo, com intensidade de 40% da frequência cardíaca de reserva, baseado em teste cardiorrespiratório máximo). Ambos os grupos estão recebendo sessões de treinamento, supervisionadas por fisioterapeuta, de 40 minutos, três vezes por semana durante 12 semanas, em grupos de 2-4 participantes. As medidas de desfecho incluem nível de atividade física (Perfil de Atividade Humana), aptidão cardiorrespiratória (VO<sub>2</sub>pico), mobilidade (Timed-Up and Go test (TUG) e velocidade de marcha máxima (teste de caminhada de 10 metros)), capacidade de exercício (Shuttle Walk Test) e qualidade de vida (Escala de Qualidade de Vida Específica do AVE (EQVE-AVE)). Estatística descritiva, teste t de Student e ANOVA two-way foram utilizadas para as análises (&#945;=5%). **Resultados:** Até o momento, nove indivíduos terminaram o treinamento: grupo controle (n=5; 60,2±7,4 anos, 20,8±10,1 meses pós-AVE) e experimental (n=4; 59±11,7 anos, 115,3±92,4 meses pós-AVE). Os grupos foram semelhantes na avaliação inicial (0,05&#8804;p&#8804;0,8). Dados

preliminares sugerem que o grupo experimental apresentou melhora na mobilidade (TUG, redução do tempo de teste:  $p < 0,04$ ) e que ambos os grupos melhoraram a capacidade de exercício, a velocidade da marcha e a qualidade de vida ( $0,003 < p < 0,025$ ). Outras variáveis não foram analisadas ainda. Conclusão: Os resultados deste estudo provavelmente fornecerão novas informações importantes sobre os efeitos do treinamento aeróbio no nível de atividade física pós-AVE. Descritores: Acidente Vascular Cerebral; Atividade Física; Ensaio Clínico. Agradecimentos: NeuroGroup, CAPES, CNPq, FAPEMIG, PRPq/UFMG