

## **EFEITOS DO EXERCÍCIO FÍSICO NA CLAUDICAÇÃO INTERMITENTE DE PORTADORES DE DOENÇA ARTERIAL OBSTRUTIVA PERIFÉRICA: MÉTODOS DISTINTOS DE TERAPIA A CURTO E LONGO PRAZO**

A claudicação intermitente(CI)é o principal sintoma da doença arterial obstrutiva periférica(DAOP)caracterizada por dor na perna ao caminhar e que alivia ao descanso.OBJETIVO:Verificar o impacto do exercício físico na distância de claudicação inicial(DCI),distância de claudicação absoluta (DCA)e distância percorrida em 6 min.MATERIAIS E MÉTODOS:O estudo foi realizado no Programa de Prevenção e Reabilitação Cardiopulmonar e Metabólica(RCPM)existente no Núcleo de Cardiologia e Medicina do Exercício(NCME)do CEFID/UEDESC e na Clínica Cardiosport de Prevenção e Reabilitação.Participaram 10 indivíduos claudicantes com DAOP com média de idade (60 anos),que foram divididos aleatoriamente em grupos e seguiram distintas terapias com ênfase em MMII: Grupo 1: 2 pacientes da Clínica Cardiosport que praticaram alongamentos e relaxamento diários,caminhada em esteira mecânica 3x por semana e exercícios resistidos em aparelhos 2x por semana;Grupo 2: 4 pacientes do NCME que realizaram alongamentos,caminhada em pista de atletismo e exercícios localizados 3x por semana;Grupo 3: 4 pacientes do NCME que seguiram o mesmo programa de exercícios do grupo 2 acrescido de exercícios resistidos em aparelhos.Cada sessão teve duração mín. de 60 min.Dessa forma,verificou-se os efeitos do exercício físico como terapia aplicada a curto e longo prazo,sendo que o menor tempo foi de 1 mês e o maior de 12 meses.Para coleta de dados foi aplicado o Teste de Caminhada. RESULTADOS:Grupo 1 (Tto a curto prazo)-aumentou a DCI em 47,78% e a distância percorrida em 6 min. em 51,75%;Grupo 2 (Tto a curto prazo)-aumentou a DCI em 39,32% e a distância percorrida em 6 min. em 3,47%;Grupo 3 (Tto a longo prazo)-aumentou a DCI em 109,79% e distância percorrida em 6 min. em 16,5%.No primeiro dia de avaliação verificou-se que 50% dos pacientes apresentavam DCA e na última avaliação,os mesmos passaram a não senti-la.CONCLUSÕES:Observou-se que o exercício físico melhorou o desempenho físico e a capacidade funcional dos pacientes de todos os grupos.Para conclusões definitivas a respeito das diferenças entre os grupos,há necessidade de que estudo com amostra maior e análise estatística adequada seja realizado.