

IMPORTÂNCIA DA AFERIÇÃO DE DADOS VITAIS EM INDIVÍDUOS SUBMETIDOS A UM PROGRAMA DE GINÁSTICA LABORAL

CARDOSO, M.A.¹.

SILVA, L.L.¹

RODRIGUES, E.S.R.².

¹ Acadêmicas do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário UnirG.

² Professora do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário UnirG. E-mail: elizangelaunirg@yahoo.com.br

RESUMO

Doenças ocupacionais causam prejuízos. A Ginástica Laboral (GL) adequa o sistema músculo-esquelético evitando sobrecarga, limitações e perdas. Sendo a GL uma modalidade de exercício que pode ocasionar adaptações agudas e crônicas, é necessário monitorar os dados vitais. Patologias que ocasionem alterações cardiovasculares podem desencadear respostas anormais ao exercício. Os principais objetivos foram verificar dados vitais (pressão arterial e frequência cardíaca) durante o programa de GL e identificar fatores capazes de alterar a resposta aos exercícios de GL. Verificou-se o efeito da GL sobre dados vitais em curto e longo prazo; presença e frequência da dor, níveis de estresse, satisfação e ansiedade. Após autorização do comitê de ética iniciou-se a coleta. Foi aplicado GL em 10 indivíduos, de 17 a 20 anos, durante dois meses, três vezes/semana, 15 minutos/sessão, com aquecimento, alongamentos e fortalecimentos. No início e fim do programa, foi aplicado questionário para avaliar prática de atividade física, patologias, medicamentos, restrição à atividade física, dor, estresse, ansiedade e satisfação. Houve aferição de dados vitais iniciais e finais/sessão. Para análise estatística empregou-se Wilcoxon, para comparar valores iniciais, de pressão e frequência cardíaca, do primeiro e último dia, bem como os valores de pressão e frequência cardíaca, inicial e final/sessão. Para comparar estresse, satisfação, ansiedade e dor, entre início e fim do estudo, foi utilizado Qui-Quadrado. A significância foi 0,05. Não houve nenhum resultado significativo. São necessários outros estudos, direcionados a grupos específicos, com mais tempo de duração e mais indivíduos, para verificar a execução da GL.

Palavras-chave: Ginástica laboral. Níveis pressóricos. Fisioterapia preventiva.

ABSTRACT

Occupational illnesses cause prejudices. The Laboral Gymnastic (GL) adjusts the muscle-skeletal system avoiding supercharge, limitations and losses. Being the GL a modality of exercise that can occasion chronicle and sharp adaptations, it's necessary to monitor the vital data. Pathologies that occasion cardiovascular alterations that can unleash not normal answers to the exercise. The main objectives were to verify vital data (arterial pressure and cardiac frequency) during the program of GL and to identify factors able to change the answer to the exercises of GL. Has been verified that the effect of the GL on vital data in short and long term; presence and frequency of pain, stress levels, satisfaction and anxiousness. After authorization of the ethic committee the collect has begun. It has been apposed GL in 10 individuals, from 17 to 20 years, during two months, thrice/week, 15 minutes/session, with burning up, stretching and fortifying. In the beginning and in the end of the program, has been applied questionnaire to valuate practice of physic activity, pain, stress, anxiousness and satisfaction.

There was gauging of vital data initial and finals/session. For statistic analysis has been employed Wilcoxon, to compare initial values, of pressure and cardiac frequency, of the first and the last day, the same way as values of pressure and cardiac frequency, initial and final/session. To compare stress, satisfaction, anxiousness and pain, between start and end of study, has been utilized Qui-Quadrado. The significance was 0,05. There wasn't any significant result. Other studies are necessary, directed to specific groups, with more time of duration and more individuals, to verify the execution of the GL.

Keywords: Laboral Gymnastic. Pressure levels. Preventive physiotherapy.

Data de envio: 05.06.2009

Data de aceite: 05.06.2009

REVISTA CEREUS



Av. Bahia, entre ruas 3 e 4, Telefone: 3612-7602.

Cep: 77400-100. Gurupi-TO

<www.revistacereus.unirg.edu.br>.

CENTRO UNIVERSITÁRIO UnirG



Av. Guanabara, 1842, Centro. Telefone: (63) 3612-7619.

Cep: 77403-080. Gurupi-TO

<www.unirg.edu.br>.

This document was created with Win2PDF available at <http://www.win2pdf.com>.
The unregistered version of Win2PDF is for evaluation or non-commercial use only.
This page will not be added after purchasing Win2PDF.