



Treinamento aeróbico com jogos interativos para pacientes com fibrose cística durante o período de internação hospitalar

Nicolas Acosta Becker¹, Prof. Dr. Márcio Vinícius Fagundes Donadio² (orientador)

¹Escola de ciências da saúde, PUCRS, ²Curso de Fisioterapia

Resumo

Os períodos de exacerbação pulmonar frequentes e as limitações para a realização de atividades físicas durante a hospitalização podem contribuir para a diminuição da capacidade aeróbica de pacientes com fibrose cística (FC). Assim, este estudo teve como objetivo avaliar os efeitos de um programa de treinamento físico aeróbico com uso de jogos interativos (Nintendo Wii™) em pacientes com FC durante o período de internação hospitalar. Foram incluídos pacientes com FC, de ambos os sexos, idade a partir de seis anos, internados no Hospital São Lucas da PUCRS. Foram excluídos os pacientes que não conseguiram realizar o treinamento aeróbico e aqueles que apresentavam alguma alteração osteoarticular ou musculoesquelética. No primeiro dia de internação foram realizadas as seguintes avaliações: escore clínico de exacerbação pulmonar, espirometria, teste de caminhada dos seis minutos (TC6) e *Modified Shuttle Test* (MST). Após, os pacientes foram alocados para o grupo intervenção (GI) ou grupo controle (GC). O GI realizou 10 sessões de exercício aeróbico (30 min cada) com o uso do jogo interativo *Wii Fit Plus* (Nintendo Wii™). O GC recebeu o mesmo tratamento padrão do GI, mas não participou das sessões de treinamento aeróbico. Ao final de 14 dias de internação as avaliações iniciais foram realizadas novamente. O estudo foi aprovado pelo comitê de ética e os pacientes ou responsáveis assinaram o termo de consentimento. Utilizou-se estatística descritiva e o teste t independente para a comparação entre os grupos. Foram incluídos 16 pacientes, sendo 6 no GI e 10 no GC. A média de idade para os grupos GI e GC foi, respectivamente, $16,4 \pm 5,1$ e $17,3 \pm 5,4$ anos, enquanto o IMC (absoluto) foi de $19,4 \pm 2,9$ e $19,2 \pm 2,8$. Os pacientes dos dois grupos apresentaram comprometimento da função pulmonar com média de VEF_1 (escore z) no início da internação de $-4,3 \pm 2,9$ no GI e $-4,6 \pm 1,4$ no GC. Ao comparar a variação dos parâmetros ao longo da internação entre GI e GC, não houve diferença significativa na função pulmonar e na distância caminhada no TC6. No entanto, a variação da distância percorrida no MST em metros e em percentual foi significativamente maior no GI, sendo o Δ MST (metros) no GI $233,3 \pm 160,1$ e GC $94 \pm 79,3$ ($p=0,03$) e o Δ MST (%) no GI $18,8 \pm 11,9$ e GC $7,5 \pm 8,2$ ($p=0,04$). Os resultados obtidos até o momento sugerem que um programa de treinamento aeróbico com uso de jogos interativos pode melhorar a capacidade de exercício de pacientes com FC durante a internação hospitalar.

Palavras-chave: Fibrose cística; exercício aeróbico; internação hospitalar