

Título: IMPACTO DA ATIVIDADE FÍSICA AERÓBICA EM MARCADORES BIOQUÍMICOS E ANTROPOMÉTRICOS EM CRIANÇAS

Fundamentação teórica/Introdução:

A atividade física possui um papel importante na prevenção de doenças crônicas e redução do risco cardiovascular, além de impactar positivamente na saúde do indivíduo, independente da sua faixa etária. Segundo o Ministério da Saúde, no Brasil, a prevalência da obesidade infantil e sobrepeso atingiu 29,3% da população entre cinco e nove anos de idade no ano de 2019. A repercussão do excesso de peso na infância tem efeitos agudos e crônicos. Independente do grau em que se encontra, o excesso de peso está associado ao desenvolvimento de doenças cardiovasculares e metabólicas. A deposição excessiva de tecido adiposo produz um estado inflamatório crônico, que provoca a produção de diversos marcadores que podem ser dosados laboratorialmente.

Objetivos:

Esse trabalho teve o objetivo de estimar o impacto do exercício físico, por meio da análise de marcadores sorológicos e medidas antropométricas, em um grupo de crianças.

Delineamento e Métodos:

Estudo longitudinal intervencionista de natureza quantitativa, realizado entre agosto e outubro de 2022. As variáveis analisadas foram: índice de massa corporal (IMC), circunferência abdominal (CA) e dosagens plasmática de lactato desidrogenase (LDH) e fosfatase alcalina (FA) antes e após a intervenção de atividade física. Os participantes selecionados foram escolares entre 8 e 12 anos. A intervenção ocorreu em um período de oito semanas, sendo duas sessões semanais de atividade aeróbica de média a alta intensidade, com duração de 60 minutos. A amostra foi composta por 18 participantes.

Resultados:

Os resultados indicaram aumento estatisticamente significativo do IMC. Observou-se redução da média de CA e FA e aumento de LDH plasmática. O decréscimo dos valores de CA e FA indicam redução da gordura intra-abdominal

e redução do risco cardiovascular, respectivamente. O aumento dos níveis de LDH é encontrado em situações de lesão celular, nesse caso, causada pelo exercício físico. O acréscimo do IMC é resultado da hipertrofia muscular que, conseqüentemente, leva ao aumento do peso. Causas externas à pesquisa, como o fator nutricional, podem justificar o ganho de massa nesse período.

Conclusões/Considerações Finais:

A realização de atividade física aeróbica é fator determinante na redução da FA e aumento da LDH. O acréscimo do IMC e a redução da CA foram observados, indicando o papel positivo desse tipo de atividade em índices indicativos da melhora da saúde física das crianças.

Descritores

Atividade física; Marcadores sorológicos; Medidas antropométricas.