



VI SEMANA DO CONHECIMENTO

**UNIVERSIDADE EM TRANSFORMAÇÃO:
INTEGRALIZANDO SABERES E EXPERIÊNCIAS**

2 A 6 DE SETEMBRO/2019



Marque a opção do tipo de trabalho que está inscrevendo:

() Resumo () Relato de Experiência (x) Relato de Caso

AVALIAÇÃO ERGOESPIROMÉTRICA COM MOTORISTA DE TRANSPORTE COLETIVO INTERMUNICIPAL – ESTUDO DE CASO .

AUTOR PRINCIPAL: Déborah Cristhina Rosa de Almeida.

CO-AUTORES: Ana Paula Debastiani, Milena Savaris, Tainá Pires Prado e Raphael Loureiro

ORIENTADOR: Gilnei Lopes Pimentel

UNIVERSIDADE: Universidade de Passo Fundo

INTRODUÇÃO

Com o constante crescimento da urbanização, o transporte coletivo adquire grande valor social e econômico. Os profissionais que desenvolvem esta função de deslocamento de pessoas, estão frequentemente expostos a variações de clima, condições de tráfego e vias, (BATTISTON; CRUZ; HOFFMANN; 2006) bem como, a fatores como o sedentarismo e a alimentação inadequada, os quais constituem importantes elementos de risco para doenças cardiovasculares.(ALQUIMIM; BARRAL; GOMES; REZENDE; 2011). O presente estudo teve como objetivo, através do teste ergoespirométrico verificar o nível de aptidão física frente ao esforço físico máximo (consumo máximo de oxigênio)de motoristas de transporte coletivo intermunicipal.

DESENVOLVIMENTO:

Esta pesquisa caracteriza-se como um estudo de caso, cujo participante de 33 anos, gênero masculino, 109,5 kg, 182 cm, considerado sedentário trabalhando como motorista há 5 anos interessado no projeto foi informado sobre os objetivos da pesquisa e convidado a participar através da assinatura do termo de consentimento livre e esclarecido. O indivíduo realizou um teste não invasivo em esteira ergométrica no laboratório de Cardiologia e Ergoespirometria da Faculdade de Educação Física e Fisioterapia da UPF, durante 9 minutos e 6 segundos. O teste foi realizado utilizando o protocolo de Bruce no qual realizou-se um aquecimento de 3 minutos (velocidade: 2,7 km/h e inclinação:5%) e posteriormente iniciou-se o teste com velocidade de 2,7 km/h



VI SEMANA DO CONHECIMENTO

**UNIVERSIDADE EM TRANSFORMAÇÃO:
INTEGRALIZANDO SABERES E EXPERIÊNCIAS**

2 A 6 DE SETEMBRO/2019



e inclinação 10%, progredindo a cada 3 minutos (estágios), sendo respectivamente: Estágio 1 - velocidade=2,7 km/h e elevação=10%; Estágio 2 - velocidade=4,0 km/h e inclinação=12%; Estágio 3 - velocidade=5,5 km/h e inclinação=14%. O teste chegou ao fim quando o próprio indivíduo sinalizou ter atingido o seu limite, finalizando o procedimento imediatamente. Anterior ao teste verificou-se a pressão arterial e durante, foram monitorados a frequência cardíaca, o traçado eletrocardiográfico e os sintomas do paciente através da escala de Berg. Após o fim, o paciente ainda deambulou na esteira por mais 3 minutos até que houvesse a estabilização da sua FC. Verificou-se através dos resultados que a distância percorrida pelo indivíduo foi de 0,62 km, a frequência cardíaca máxima de 193 bpm (previsto 187bpm), o VO₂ máximo (volume de oxigênio produzido) foi de 29,13 ml/kg.min (previsto 46,45 ml/kg.min) e a relação VO₂/FC máximo de 16,5ml/b (previsto 27,2 ml/b). Outros resultados foram o Limiar Anaeróbio aos 05:25 (mm:ss) 173 bpm, Ponto de compensação respiratória aos 06:45 (mm:ss) 185 bpm e o Esforço máximo que se deu aos 09:05 (mm:ss) 193 bpm. Avaliou-se através da AHA a aptidão cardiorrespiratória, considerada muito fraca para a idade do paciente.

CONSIDERAÇÕES FINAIS:

A importância de bons hábitos de vida incluindo boas condições de trabalho, dieta saudável e a prática de exercícios físicos, vem ao encontro de uma boa qualidade de vida e a prevenção de futuras complicações cardíacas e respiratórias, bem como minimiza a agressão ao corpo ocasionada pelo impacto dos fatores de envelhecimento, contribuindo tanto fisicamente como mentalmente.

REFERÊNCIAS

BATTISTON M.; CRUZ R. M.; HOFFMANN M. H.; Condições de trabalho e saúde de motoristas de transporte coletivo urbano. Estudos de Psicologia, Natal, v. 11, n.3, p. 333-343, 2006.

ALQUIMIM, A. F.; BARRAL A. B. C. R.; GOMES K. C.; REZENDE M. C.; Avaliação dos fatores de risco laborais e físicos para doenças cardiovasculares em motoristas de transporte urbano de ônibus em Montes Claros (MG). Cadernos de Saúde Pública, Rio de Janeiro, v. 20, n. 2, p. 411-421, 2004.

Conselho nacional de ergometria Arquivo Brasileiro de Cardiologia vol.65, n.2, p. 196-197,1995

NÚMERO DA APROVAÇÃO CEP OU CEUA (para trabalhos de pesquisa):
98074818.4.0000.5342



UNIVERSIDADE EM TRANSFORMAÇÃO: INTEGRALIZANDO SABERES E EXPERIÊNCIAS

2 A 6 DE SETEMBRO/2019



ANEXOS