

Perfil bioquímico de mulheres ingressantes em hidroginástica

BORGES, GILSON CAIXETA (gilsoncb@unipam.edu.br)
BASÍLIO, LETÍCIA BOAVENTURA (leticiaboaventura02@hotmail.com)
CARVALHO, ELAINE SILVIA (elainecarvalho01@hotmail.com)
DIAS, BRYAN TEIXEIRA COELHO (bryan1995dias@gmail.com)
MENESES, ANA CAROLINE CORNELIO DE (anaaccornelio@gmail.com)

Resumo: Introdução: Os perfis lipídico e glicolítico influenciam, direta ou indiretamente, a saúde e a qualidade de vida das pessoas, impactando no surgimento da síndrome metabólica (SM), predispondo o indivíduo a doenças cardiovasculares e outras. A atividade física exerce fator de proteção e controle sobre a SM. **Objetivo:** Investigar os perfis lipídico e glicolítico de mulheres ingressantes em programa de hidroginástica. **Materiais e Métodos:** participaram do estudo 60 mulheres, com idade entre 50 e 60 anos, 30 do grupo controle (GC), com idade média de $56 \pm 3,1$ anos e estatura de $1,57 \pm 0,07$ metros, e 30 do grupo hidroginástica (GH), com média de $56 \pm 2,8$ anos e estatura de $1,55 \pm 0,05$ metros. O GH fez 30 sessões de 50 minutos de exercícios localizados, três vezes/semana, e o GC não fez nenhuma atividade regular no período. Para se verificarem os perfis lipídico e glicolítico das mulheres, foram feitas análises clínicas de triglicerídeos, colesterol HDL, LDL e VLDL, colesterol total e glicose. Aprovação CAAE 75797317.1.0000.5549. **Resultados e Discussão:** Quanto ao perfil de glicose, a amostra obteve uma média de $97,64 \pm 38,73$ mg/dL, enquadrando-se em uma classificação de normalidade (até 99mg/dL), sendo 76,67% (n = 46) normal, 18,33% (n = 11) pré-diabetes e apenas 5% (n = 3) diabetes. Para o colesterol HDL, a amostra obteve $48,37 \pm 8,91$ mg/dL, para o LDL, $120,01 \pm 35,02$ mg/dL e para o VLDL, $30,91 \pm 20,41$ mg/dL, obtendo-se médias ideais para a saúde. Quanto ao triglicerídeo, a amostra obteve média de $154,48 + 101,92$ mg/dL, com fator de risco moderado para a saúde, sendo 60% (n = 36) classificado como normal, 21,57% (n = 13) como risco moderado e 18,33% (n = 11) como risco alto. Quanto ao colesterol total, obteve-se média de $198,00 + 36,89$ mg/dL, sendo desejável abaixo de 190 mg/dL. **Conclusão:** Pode-se concluir, com o presente estudo, que o perfil de mulheres ingressantes demonstrou ter um fator limítrofe para glicose, bons resultados das frações do colesterol, entretanto triglicerídeos acima dos níveis desejados para a saúde.

Palavras-chave: Glicose. Colesterol. Hidroginástica.