

43. TREINAMENTO ESPECÍFICO DA MUSCULATURA RESPIRATÓRIA EM IDOSOS.

SILVA, ANA CAROLINA MOREIRA¹
REIS, JULIANA RIBEIRO GOUVEIA¹

CENTRO UNIVERSITÁRIO DE PATOS DE MINAS- UNIPAM¹

anacarolinamoreira-1@hotmail.com

O envelhecimento traz grandes alterações no corpo humano, e a alteração mais relevante é a do sistema musculoesquelético, que consiste na diminuição da força dos músculos respiratórios em 30 a 40%, quando pode ocorrer uma diminuição do número de fibras musculares, levando a uma perda de massa muscular e conseqüente diminuição da mecânica ventilatória. A fraqueza dos músculos respiratórios pode resultar em dificuldades dos pulmões em captar o oxigênio do ar atmosférico em razão da deficiência na mecânica respiratória, causando até mesmo dificuldades na rotina cotidiana, nas atividades de vida diária dos idosos. Essa redução da força da musculatura respiratória pode ser secundária a alguma patologia adquirida ou fisiológica. O objetivo deste estudo é comparar os efeitos de dois programas de treinamento da musculatura respiratória em idosos. Este estudo foi iniciado após a aprovação do mesmo pelo Comitê de Ética em Pesquisa – UNIPAM, com o protocolo 79/12. Participaram do estudo 20 pacientes idosos que possuem fraqueza da musculatura respiratória, com a média de idade de 66,54 anos, de ambos os sexos que moram na Instituição Lar Vicentino Padre Alaor. Os participantes foram divididos em dois grupos aleatórios para a realização dos programas de treinamento, grupo 1 o tratamento foi utilizado o aparelho Threshold e o grupo 2 o tratamento foi exclusivamente exercícios respiratórios. Os parâmetros respiratórios, pressão inspiratória máxima (P_{imáx}); pressão expiratória máxima (P_{emáx}); capacidade inspiratória (CI) e pico de fluxo expiratório (PFE), foram mensurados no início e no final do tratamento. Foi observado que a P_{imáx} e P_{emáx}, CI após o uso do Threshold e dos exercícios respiratórios houve um aumento nos valores mensurados. O grupo Threshold apresentou maiores valores de pressões respiratórias máximas e de PFE. O grupo exercício respiratório registrou um aumento maior na CI. Conclui-se que o treinamento da musculatura respiratória utilizando o Threshold e os exercícios respiratórios foi realmente eficaz e satisfatório, sendo notado um aumento significativo maior dos valores da P_{imáx}, P_{emáx} e do PFE no grupo que utilizou o Threshold do que no grupo de exercícios respiratórios.

Categoria: Apresentação Pôster

Área temática: Fisioterapia