



Nas batidas do CORAÇÃO

O ritmo cardíaco nem sempre é constante. Os batimentos do coração podem variar de acordo com a necessidade do corpo para as mudanças de oxigênio, como durante exercícios físicos ou mesmo o sono. Conhecer essa variação ajuda a antecipar certos cuidados e também pode proporcionar o entendimento de doenças ainda não diagnosticadas, que têm reflexo direto com o funcionamento do coração. Os estudantes de Educação Física Marcos Antonio Cardoso da Silva, Isabele Dantas de Oliveira Pimentel e Maria Núbia Nicácio analisaram as melhores técnicas de avaliar essa variação, com o estudo 'Variabilidade da Frequência Cardíaca sob a ótica de métodos não lineares'. O trabalho foi apresentado durante o Conic.

A variabilidade da frequência cardíaca, na verdade, é um indicador das oscilações que ocorrem no intervalo entre batimentos cardíacos consecutivos. Essas variações relacionam-se com a modulação exercida no coração pelo sistema nervoso autônomo, visando manter o equilíbrio dinâmico interno. Para medi-las, pode-se recorrer a métodos lineares e não lineares, esses últimos considerados, na avaliação do grupo, as técnicas de mensuração mais robustas para a determinação dos valores de variabilidade.



Marcos Antonio Cardoso da Silva: estudo sobre frequência cardíaca

“Acreditamos que a análise da variabilidade da frequência cardíaca por intermédio dos métodos não lineares revela, pela sua relação direta entre o comportamento caótico das séries temporais, uma visão mais estruturada do controle autonômico da frequência cardíaca aceitando-a como uma variável dinâmica e transitória”, diz Marcos Antônio Cardoso. O estudante explica por que o assunto é relevante para área de Educação Física: “apesar de a cardiologia ser a área de base para aceitação dos conhecimentos acerca da variabilidade da frequência cardíaca, a educação física – que proporciona diversas alterações no ritmo cardíaco – deve se apropriar de tais conhecimentos no sentido de estar amparada quanto aos limites fisiológicos que podem ser impostos aos indivíduos saudáveis ou não”.

O estudo serviu para fundamentar as próximas investidas, que terão

um caráter menos teórico e mais descritivo exploratório. A pesquisa é uma iniciativa do Grupo de Estudos em Fisiologia Humana, que é composto por alunos de Educação Física, Enfermagem, Fisioterapia e Nutrição do UNI-RN. A concentração dos estudos está voltada para modulação autonômica do coração e, durante o último semestre de 2012, o grupo se alicerçou do arcabouço teórico em volta do assunto, produzindo revisões que foram apresentadas no congresso. A pesquisa foi orientada pelo professor Gleidson Rebouças.

O conhecimento da variabilidade também permitiu a integração dos discentes das diversas áreas que compõem os cursos de saúde da UNI-RN na tentativa de perceber quais conhecimentos e/ou eventos pertinentes a cada uma dessas áreas podem interferir na modulação autonômica. ■



NAS ONDAS DO KITESURF

A crescente demanda pela prática do kitesurf e a falta de conhecimento das imposições por demandas fisiológicas do esporte fizeram os alunos do 4º período do curso de bacharelado em Educação Física Wagner Santos, David Breno e Renato Fernandes apresentarem o pôster “Demanda fisiológicas em praticantes de kitesurf”.

Os discentes fizeram uma pesquisa mostrando o comportamento da Frequência Cardíaca como fator de determinação das zonas de intensidade durante a prática do esporte. A pesquisa foi realizada com 13 voluntários, todos praticantes de kitesurf, com idades entre 26 e 33 anos.

Segundo Wagner Santos, o grupo instruiu os voluntários a velejarem o maior tempo possível em um trajeto variável. Após a realização do exercício três extratos de desempenho foram analisados, os resultados obtidos foram respectivamente 65%, 72,7% e 77% da Frequência Cardíaca Máxima. Esse resultado, segundo Wagner Santos, mostrou indícios de que o kitesurf, quando praticado por meia hora, oferece aos praticantes um gasto calórico representativo. ■

IMC

Os alunos do bacharelado em Educação Física Franciara Alves e João Paulo de Carvalho fizeram uma análise entre jovens dos 10 aos 17 anos de idade a respeito da relação entre potências aeróbicas e os índices de massa corporal. Cem jovens compreenderam a pesquisa e foram divididos em três grupos: o primeiro com crianças com até 10 anos de idade, o segundo entre jovens dos 11 aos 14 anos e o último grupo com adolescentes entre 15 e 17 anos. Na análise, os discentes constataram que, ao longo do crescimento, os valores do Índice de Massa Corporal (IMC) estiveram sempre no seu ideal. “Um dos motivos é a ditadura da beleza: os jovens se preocupam com o seu corpo e isso acaba influenciando no IMC”, contou Franciara Alves. O estudo foi realizado com dados de alunos de uma escola particular do Rio de Janeiro e teve orientação do professor Luciano Alonso. ■

GALERIA DO CONGRESSO

