

RISCO CORONARIANO EM PRATICANTES DE FUTEBOL RECREATIVO EM COIMBRA-MG.

Carla A. G. Dias^{1*}, Hely T. Loque²

1. Estudante de Educação Física. Centro Universitário Faminas - UNIFAMINAS
2. Coordenador do curso de Educação Física/Orientador, UNIFAMINAS - Muriaé

Resumo:

O objetivo do presente estudo foi identificar o risco de complicações coronarianas, através da relação cintura-quadril, em praticantes de futebol recreativo (n=12) com média etária de 30,75 ($\pm 7,71$) anos e índice de massa corporal média de 24,41 ($\pm 2,42$). Constatou-se que 6 (50%) indivíduos apresentaram baixo risco cardíaco, 5 (42%) indicaram risco moderado e 1 (8%) foi considerado com alto risco de apresentar complicações coronarianas. Sugere-se o acompanhamento especializado de Cardiologista, bem como de um Educador Físico, à adultos praticantes de futebol recreativo.

Autorização legal: A pesquisa foi autorizada pelo C.E.P do Centro Universitário - UNIFAMINAS/Muriaé-MG. Com a Aprovação na data de 01-09-2016. Conforme explicitado na Metodologia, todos os envolvidos na pesquisa assinaram previamente o TCLE, antes da coleta de dados.

Palavras-chave: risco cardíaco; futebol recreativo; adultos.

Trabalho selecionado para a JNIC pela instituição: UNIFAMINAS.

Introdução:

A prática regular de atividade física representa um dos fatores primários na prevenção de doenças crônicas degenerativas, especialmente as coronarianas. Isso porque um indivíduo fisicamente ativo beneficia-se do aumento dos níveis de colesterol HDL na corrente sanguínea, diminuição da adiposidade e pressão arterial, entre outros benefícios (BRASIL, 2011).

Dentre as modalidades de exercício físico comumente aderidas pelo brasileiro adulto, destaca-se o Futebol, que caracteriza-se como uma atividade aeróbia, intermitente e de alta intensidade, devido aos elevados valores registrados de frequência cardíaca média durante sua prática (MOREIRA, AMORIM e MARIS, 2007).

Apesar dos benefícios à saúde proporcionados pela atividade física citados anteriormente, o vigor da modalidade Futebol pode representar risco aos praticantes, sobretudo à indivíduos que apresentem problemas cardíacos não diagnosticados previamente (MOREIRA, 2011). De tal forma, faz-se necessário que adultos praticantes de Futebol recreativo submetam-se à testes e avaliações acerca de seu estado de saúde, sobretudo os que atestem o bom funcionamento de suas funções cardíacas (KRUISTRUP et al., 2008).

Assim sendo, o objetivo do presente estudo foi identificar o risco cardíaco de futebolistas amadores adultos, da cidade de Coimbra-MG.

Metodologia:

A amostra, por conveniência foi composta por 12 (doze) indivíduos adultos, do sexo masculino, que participam assiduamente de uma partida de futebol recreativo, com frequência semanal, na cidade mineira de Coimbra-MG.

Adotou-se como critério de inclusão a maioria bem como a prática de futebol recreativo com o mesmo grupo há pelo menos 6 meses.

No primeiro contato com a amostra foram explicados o objetivo da pesquisa, os procedimentos adotados para coleta dos dados e os riscos aos quais os participantes seriam expostos. Após tais explicações, os doze voluntários assinaram o termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Na semana seguinte, momentos antes da prática da modalidade, coletou-se a massa corporal, em quilos (kg), e a estatura, em centímetros (m) dos indivíduos, afim de calcular seus respectivos índices de massa corporal (IMC). É relevante ressaltar que os voluntários trajavam roupas leves, próprias para a prática de Futebol e encontravam-se descalços no momento da pesagem, realizada através de uma balança portátil de alta precisão da marca

Cadence.

Coletou-se a estatura através da fixação de uma fita métrica graduada em milímetros na parede do vestiário, onde os avaliados posicionaram-se de costas, em posição ortostática.

A fim de calcular o risco cardíaco calculou-se a relação cintura-quadril (RCQ), dividindo o valor da circunferência de cintura (CC) pela circunferência de quadril (CQ), coletadas através de uma fita métrica.

Os dados foram imediatamente lançados em uma planilha do software MS Excel, onde foram calculados média e desvio padrão.

Resultados e Discussão:

As médias de idade de 30,75 ($\pm 7,71$) anos, massa corporal de 76,53 ($\pm 6,85$) kg e estatura de 1,77 ($\pm 0,05$) m, resulta em Índice de Massa Corporal (IMC) médio de 24,41 ($\pm 2,42$), sendo 5 (42%) indivíduos classificados com peso ideal e 7 (58%) com sobrepeso, segundo a OMS (2000). As médias de circunferências de cintura 80,92 ($\pm 6,33$) cm e de quadril de 95,54 ($\pm 3,88$) cm, resultaram em RCQ médio de 0,85 ($\pm 0,05$). Conforme ilustrado no gráfico a seguir, podemos classificar a amostra como de risco moderado para complicações cardíacas, sendo que 6 (50%) indivíduos apresentam baixo risco, 5 (42%) risco moderado, e apenas 1 (8%) pesquisado apresenta alto risco de doenças do miocárdio, segundo classificação da OMS (2000).

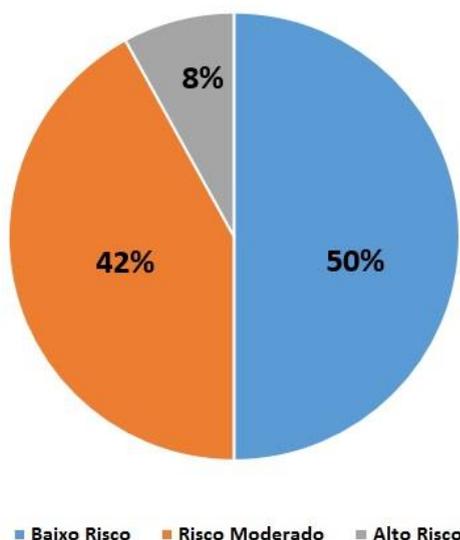


Gráfico 01: Classificação quanto ao risco cardíaco – Fonte: A autora.

Conclusões:

De acordo com os resultados encontrados, conclui-se que apenas um dos praticantes de futebol recreativo apresentou

risco coronariano muito alto.

Finalmente, os dados apresentados reforçam a indicação para que indivíduos nessas condições realizem consultas periódicas a um Cardiologista, bem como busquem orientação junto a um Educador Físico a respeito de práticas que auxiliem na prevenção de complicações de saúde, sobretudo com relação aos aspectos cardiovasculares.

Referências bibliográficas

Brasil, Ministério da Saúde. Vigitel Brasil 2011: **Vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico**. Disponível em: http://portalsaude.saude.gov.br/portalsaude/arquivos/pdf/2012/Ago/22/vigitel_2011_final_0812.pdf. Acesso em: Agosto de 2016.

KRUSTRUP, P. et al. **Recreational soccer is an effective health promoting activity for untrained men. British Journal of Sports Medicine**, Londres, v. 43, p. 825-831, Dec. 2008.

MALTA, D. C. et al. **Padrão de atividade física em adultos brasileiros: resultados de um inquérito por entrevistas telefônicas, 2006**. Epidemiologia e Serviços de Saúde, Brasília, DF, v. 18, n. 1, p. 7-16, jan./mar. 2009.

MOREIRA, Danilo Gomes et al. Risco coronariano em praticantes de futebol recreativo. **Hu Revista**, Juiz de Fora, v. 37, n. 2, p.191-197, maio 2011. Disponível em: <<https://hurevista.ufjf.emnuvens.com.br/hurevista/article/view/1295>>. Acesso em: 10 maio 2016.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Consultant. **World Health Organization: preventing and managing the global epidemic**. 284. ed. Geneva: Who Obesity Technical Report Series, 2000. 256 p.