

PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA DE PACIENTES EM TRATAMENTO DE COLAGENOSSES

Raphaella ESPANHA CORRÊA¹, Marielle FORNAZZARO NASCIMENTO², Rute ESTANISLAVA TOLOCKA²

¹Faculdade de Ciências Médicas – UNICAMP, Campinas, São Paulo, Brasil

²Faculdade de Ciências da Saúde – UNIMEP, Piracicaba, São Paulo, Brasil

e-mail: raphaespanha@yahoo.com.br

Introdução: Pacientes diagnosticados com algum tipo de colagenose (doenças do colágeno, relacionadas a enfermidades inflamatórias e auto-imunes, tais como lúpus eritematoso - LE, Esclerodermia e Dermatomiosite) podem apresentar comprometimento das principais características relacionadas à aptidão física, como, por exemplo, da capacidade aeróbica e da força muscular podendo impactar na realização das atividades diárias, nas funcionalidades físicas, emocionais e sociais, bem como na percepção da qualidade de vida nos diversos fatores que a compõem. A prática de Atividades Físicas (AF) tem sido relatada como um fator benéfico na redução dos consequentes danos causados pela doença, manifestando-se como uma prática de segura execução durante o tratamento, além disso, maiores níveis de atividade física têm sido relacionados a menores níveis de dor e fadiga, bem como a melhor função física. Contudo, pouco se sabe sobre a prática de AF destes pacientes durante a fase de tratamento. **Objetivo:** verificar a prática de AF de pacientes em tratamento de colagenoses com comprometimento cutâneo. **Metodologia:** Trata-se de um estudo exploratório, com amostragem não probabilística e de conveniência, que ocorreu no Hospital de Clínicas (HC) da Universidade Estadual de Campinas (Unicamp), no setor de Dermatologia, com 30 pacientes. Estes foram abordados, de forma aleatória, na própria sala de espera, a partir de agendamentos feitos sem intencionalidade prévia dos pesquisadores. Dados sobre o paciente foram coletados através de um formulário, que incluía questões sobre diagnóstico, idade, sexo e prática de atividade física. **Análise dos dados:** For realizada análise descritiva, com cálculo de média e desvio padrão, bem como distribuição de frequência. Para verificar a relação entre tempo de prática de atividade física atual e anterior à doença e o tempo de aquisição da doença foi utilizado o teste de correlação de Spearman. As análises estatísticas foram feitas com o software SPSS-21. **Resultados:** A maioria (25) dos pacientes era do sexo feminino; com média etária de $49,3 \pm 11$ anos; havia 24 casos de lúpus eritematoso (LE) e seis com outras colagenoses. A maioria (26) dos pacientes não realizava programas de atividades físicas atuais, um participava de programa de hidroginástica e outro de musculação; os outros dois disseram que realizam caminhadas, porém sem planejamento ou supervisão. O tempo médio gasto em AF pelos que a estavam praticando foi de 60 minutos, sendo a frequência média semanal de quatro vezes; 19 pacientes realizavam programas de AF antes de adquirir a doença. Não foram encontradas correlações significativas entre ao tempo da prática de AF e tempo de diagnóstico. Não foi possível correlacionar o tempo

de aquisição da doença com o tempo gasto em AF atualmente porque quase todos os pacientes relataram não realizar mais este tipo de atividade. **Conclusão:** A grande maioria dos pacientes com colagenoses abordados neste estudo não praticavam nenhum tipo de AF, o que pode ser um risco, pois algumas das comorbidades tais como o estresse, a fadiga e a falta de energia são possíveis fatores correlacionados à diminuição da AF. Embora os resultados não tenham abrangência estatística, o estudo mostra a necessidade de verificar a prática de atividade física destes pacientes, bem como o nível de atividade física que realizam, para fomentar o debate sobre a necessidade de orientação para este tipo de atividade em pacientes com colagenoses.

Palavras-Chave: Doenças Autoimunes; Colagenoses; Prática Motora.