

Atualmente, a crescente necessidade do ser humano em buscar novas alternativas de atividades físicas, leva-o a procurar cada vez mais atividades na água. Os exercícios aquáticos são frequentemente citados como sendo vantajosos do ponto de vista do treinamento, porém, existe pouca informação disponível em relação a eficiência e resultados desta prática. As atividades aquáticas de caminhada/corrida em piscina rasa ou funda e as ginásticas aquáticas, apresentam uma menor tendência em provocar lesões e traumatismos em relação as atividades desenvolvidas fora da água, como consequência do efeito da flutuação do corpo, assim facilitando até a participação dos indivíduos incapacitados. Esta diminuição de peso talvez permita um maior e mais rápido progresso em termos de intensidade, frequência ou duração dos exercícios em indivíduos obesos. Os efeitos hidrostáticos da água acarretam um aumento do volume de sangue central e cardíaco levando a um decréscimo baroreflexo-imediato na frequência cardíaca de repouso. Em relação a pressão arterial, a literatura se mostra contraditória, pois enquanto alguns autores afirmam que ocorre um aumento da pressão arterial durante o exercício dentro da água, outros afirmam que não há aumento significativo da mesma. Este estudo visa observar o comportamento da pressão arterial em indivíduos submetidos a diferentes profundidades de água. A amostra constará de indivíduos saudáveis de ambos os sexos, na faixa etária dos 18 aos 40 anos de idade, na posição vertical os quais serão imersos em piscina funda com auxílio de um protótipo construído para a coleta dos dados. No tratamento estatístico, será utilizada a estatística descritiva, a análise de variância ANOVA, a fim de comparar as classes de variáveis classificatórias. Para a localização das diferenças será utilizado o teste de Tukey. O pacote estatístico computacional será o SAS, versão 6.0. (CNPq-UFRGS)