

COMPARAÇÃO ENTRE DOIS MÉTODOS DE IDENTIFICAÇÃO DO LIMIAR ANAERÓBICO EM PACIENTES COM DIABETES TIPO 2

Elisa Corrêa Marson
Orientador: Luiz Fernando Martins Krue



Universidade Federal do Rio Grande do Sul
Escola de Educação Física
Grupo de Pesquisa em Atividades Aquáticas e Terrestres

INTRODUÇÃO

A diabetes mellitus tipo 2 (DMT2) tem sido intimamente ligada com o estilo de vida sedentário, por isso o exercício físico é considerado uma ferramenta eficaz para o seu controle. Para esses pacientes é importante que haja uma manipulação precisa das variáveis de treinamento, buscando assim, uma prescrição ótima do exercício físico. Dentre as variáveis que podem ser ajustadas encontra-se a intensidade. Um parâmetro direto, simples e eficaz para a prescrição dessa variável é o limiar anaeróbico, que representa a transição entre um metabolismo predominantemente aeróbico para um metabolismo predominantemente anaeróbico. Dentre as maneiras de se determinar esse limiar, encontra-se a análise do comportamento do lactato sanguíneo e da ventilação, entretanto, são métodos dispendiosos. Uma alternativa mais prática e de baixo custo é o comportamento glicêmico, pois as curvas de glicemia em testes incrementais apresentam pontos de inflexão coincidentes com o ponto de inflexão de lactato. Porém na literatura faltam estudos que comparem o método ventilatório com o método glicêmico em pacientes com DMT2.

OBJETIVO

Analisar a concordância entre a velocidade de caminhada ou corrida correspondente ao segundo limiar ventilatório (LV2) e a velocidade correspondente ao limiar glicêmico (LG) em pacientes com DMT2

MÉTODOS

Foram analisados 24 pacientes (13 homens e 11 mulheres) com DMT2 e idade de 55.1 ± 8.9 anos. Esses pacientes foram analisados antes de ingressarem em um programa de exercícios aeróbicos estruturado (estado sedentário). Para a determinação do LV2 e do limiar glicêmico foi realizado um teste progressivo em esteira com velocidade inicial de 3 km/h durante três minutos, com incrementos de 1 km/h a cada dois minutos e inclinação fixa (1%). O LV2 foi determinado através da curva de ventilação e confirmado pela curva dos equivalentes ventilatórios. O LG foi considerado o menor valor da glicemia, que foi coletada ao final de cada estágio utilizando um glicosímetro clínico.

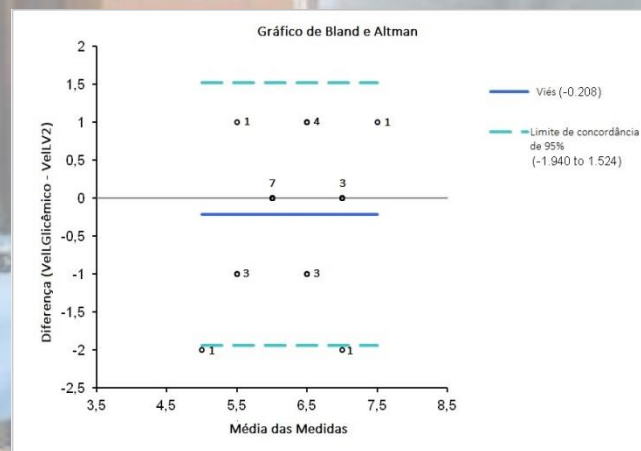
elisa_marson@yahoo.com.br
krue@esef.ufrgs.br
www.esef.ufrgs.br/gpat

ANÁLISE ESTATÍSTICA

A estatística descritiva foi utilizada para a caracterização da amostra e os dados apresentados como média \pm desvio-padrão. Foi realizado um teste t pareado visando comparar as velocidades médias determinadas pelos dois métodos investigados. O grau de concordância entre o segundo limiar ventilatório e o limiar glicêmico foi verificado por meio do teste de Bland – Altman. Adotou-se um nível de significância de 0,05.

RESULTADOS

A velocidade média encontrada entre os pacientes pelo LG foi de $6,2 \pm 0,9$ km/h e de $6,4 \pm 0,6$ km/h pelo LV2 ($p=0,25$).



CONCLUSÃO

A presente investigação encontrou boa concordância entre o segundo limiar ventilatório e o limiar glicêmico, apresentados em velocidade, sugerindo que o limiar glicêmico seja objeto de outras investigações, como a comparação entre sujeitos destreinados e treinados.

APLICAÇÕES PRÁTICAS

Esta concordância permite a maior exploração de um método de baixo custo e fácil aplicabilidade, além da familiarização que os pacientes já tem com a medida de glicemia capilar, diferente da análise ventilatória.