



Evento	Salão UFRGS 2015: SIC - XXVII SALÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA UFRGS
Ano	2015
Local	Porto Alegre - RS
Título	EFEITOS DOS DIFERENTES TIPOS DE TREINAMENTO FÍSICO NOS NÍVEIS GLICÊMICOS E INSULINÊMICOS DE CRIANÇAS COM SOBREPESO OU OBESIDADE: METANÁLISE DE ESTUDOS RANDOMIZADOS
Autor	NATHALIE DE SOUZA NETTO
Orientador	LUIZ FERNANDO MARTINS KRUEL

Título: Efeitos dos diferentes tipos de treinamento físico nos níveis glicêmicos e insulinêmicos de crianças com sobrepeso ou obesidade: Metanálise de estudos randomizados.

Autor: Nathalie de Souza Netto

Orientador: Luiz Fernando Martins Kruehl

Instituição de Origem: Escola de Educação Física da Universidade Federal do Rio Grande do Sul

Resumo

Atualmente a estima-se que 170 milhões de crianças no mundo estejam acima do peso, sendo assim, esse se tornou um problema de saúde pública. Um dos fatores de risco que a obesidade pode acarretar é a resistência à insulina e outras disfunções em parâmetros glicêmicos. Sendo que isso pode ser prevenido ou tratado a partir do exercício físico que é uma importante ferramenta no tratamento da obesidade e sobrepeso. Em geral, os estudos utilizam a modalidade de exercício aeróbico, o que deixa uma lacuna sobre o efeito de outros tipos de exercício físico, como o de força e a combinação de exercício de força e aeróbico sobre parâmetros glicêmicos. Sendo assim o objetivo do estudo foi conduzir uma metanálise de ensaios clínicos randomizados analisando o efeito de diferentes modalidades de exercício físico sobre o controle glicêmico e insulinêmico de crianças e adolescentes com sobrepeso ou obesos. A metanálise seguiu as recomendações propostas pela Cochrane e pelo PRISMA. Para a busca foram utilizadas as seguintes bases de dados, sem limite de data: Medline via Pubmed, Cochrane CENTRAL, SportDiscus e LILACS. Primeiramente foram encontrados 1853 estudos, sendo que destes 18 preencheram os critérios de inclusão e foram aceitos para a meta-análise. A análise de risco de viés apontou que metade dos estudos não se preocupou em explicar o processo de randomização, garantir que a randomização foi feita somente após os testes pré-treinamento e/ou relatar o cegamento dos avaliadores. A metanálise apontou que o treinamento físico em geral não foi associado com redução nos níveis de glicemia de jejum comparado ao controle, porém foi associado com reduções na insulina de jejum e no HOMA. Em um segundo momento, foi feita uma análise de cada modalidade (aeróbico, força e combinado) em comparação ao grupo controle. Nenhuma das modalidades foi associada com reduções nos níveis de glicemia de jejum, entretanto o treinamento aeróbico e combinado teve relação com reduções na insulina de jejum. Por fim, no desfecho HOMA o treinamento aeróbico foi o único que foi associado com reduções comparado ao grupo controle. Não houveram estudos suficientes com o desfecho HOMA para que comparações pudessem ser feitas entre o treinamento de força e combinado e o grupo controle. Concluindo, é consenso que o exercício físico com algum componente aeróbico durante a sessão parece melhorar significativamente a insulina de jejum e o HOMA de crianças e adolescentes com sobrepeso e obesidade podendo a prevenir futuramente a diabetes mellitus tipo 2 e a síndrome metabólica.