

## **PERFIL BIOQUÍMICO DE IDOSOS FISICAMENTE ATIVOS**

OLIVEIRA, DAVID MICHEL DE<sup>1</sup>  
SILVA, PAULA GOMES<sup>2</sup>  
RIBEIRO, PRISCILLA ROSA QUEIROZ<sup>2</sup>

1. Universidade Federal de Goiás – (UFG – Campus Jataí), Jataí/GO
2. Centro Universitário de Patos de Minas – UNIPAM, Patos de Minas/MG

A determinação do perfil bioquímico de uma determinada população permite a análise das funções fisiológicas e dos níveis orgânicos de variáveis como colesterol total (CT), triglicérides (TG), lipoproteínas de baixa densidade (LDL), lipoproteínas de alta densidade (HDL), lipoproteínas de muito baixa densidade (VLDL), proporção CT/HDL, glicose sanguínea e células do sistema imunológico da mesma; sendo que, estes níveis podem estar relacionados ao risco de desenvolvimento de doenças crônico-degenerativas (DCD). O presente estudo teve por objetivo analisar o perfil bioquímico de idosos submetidos à prática de exercícios físicos em dois modelos de protocolo: Hidroginástica e Musculação. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário de Patos de Minas (Protocolo 32/10). A amostra foi composta por 21 idosos com idade igual ou superior a 60 anos, divididos em dois grupos: Hidroginástica e Musculação. Os idosos responderam a um questionário com dados gerais, hábitos de vida, condições de saúde e uso de medicamentos e foram submetidos à avaliação laboratorial de variáveis lipídicas, glicêmicas e imunológicas. A análise estatística foi realizada através de estatística descritiva e teste t de Student para comparação entre grupos, utilizando o programa estatístico Bioestat 5.3. Os resultados demonstraram valores mais altos das variáveis CT, LDL, HDL, VLDL, TG (perfil lipídico) e células de defesa (perfil imunológico) no grupo Musculação comparado ao grupo Hidroginástica; e valores mais altos na variável glicose (perfil glicêmico) e proporção CT/HDL (perfil lipídico) no grupo Hidroginástica comparado ao grupo Musculação; entretanto, com diferença estatisticamente significativa entre os dois grupos apenas para a variável HDL. Com exceção à avaliação imunológica e a concentração de HDL os dois grupos apresentaram valores das variáveis estudadas acima dos valores de referência indicados como ideais. Os resultados mostraram que apesar dos bem documentados efeitos positivos do exercício físico sobre os perfis lipídico, glicêmico e imunológico, a população do presente estudo, fisicamente ativa, apresentou valores fora dos padrões de referência, o que pode indicar a necessidade de ações mais efetivas no controle dessas variáveis em idosos ou a necessidade de se estabelecer valores de referência específicos para essa população.

**Área temática:** Educação Física

Protocolo de aprovação nº 32/10

**Trabalho agraciado com o Prêmio Dirceu Deocleciano Pacheco – 1º Lugar**