



Tipo de trabalho: RESUMO SIMPLES (MÁXIMO 2 PÁGINAS) / SHORT ESSAY (MAX 2 PAGES)

ESTUDO DA ELECTROCARDIOGRAFIA EM INDIVÍDUOS NORMAIS SUBMETIDOS AO TRATAMENTO COM TÉCNICA DE RELAXAMENTO PROFUNDO¹

**Ana Maria Da Fatima Dias Simao Afonso², Paulino Agostinho Gouveia
Leite³, Luciano Júlio Chingui⁴**

¹ Trabalho desenvolvido no Programa de Iniciação Científica da Universidade Metodista de Angola

² Pesquisadora vinculada ao Centro de Estudos e Investigação Científica da Universidade Metodista de Angola.

³ Pesquisador vinculado ao Centro de Estudos e Investigação Científica da Universidade Metodista de Angola.

⁴ Docente e pesquisador do Centro de Estudos e Investigação Científica da Universidade Metodista de Angola.

Introdução: O eletrocardiograma constitui um recurso primário para o diagnóstico de doença cardíaca, com sensibilidade e especificidade indispensáveis na deteção dos distúrbios de condução. Trata-se de uma ferramenta muito útil no diagnóstico e prognóstico de diversas cardiopatias. A vida moderna impõe o ser humano a muitas situações estressoras, situações essas capazes de desencadear uma diversidade de afecções, entre as quais estão os problemas cardiovasculares. O estresse requer do organismo um esforço de adaptação sustentado por reações fisiológicas que objetivam a manutenção da homeostase. Face à demanda de estresse no quotidiano, o presente estudo propõe um modelo terapêutico baseado no relaxamento profundo ou progressivo, o protocolo terapêutico envolve musicoterapia e acupuntura, a fim de contribuir para prevenção e redução de distúrbios cardiovasculares causados pelo estresse, com ênfase na pressão arterial, para a salvaguarda do bom funcionamento do sistema cardiovascular e a promoção do bem-estar geral. **Objectivo:** Estudar o electrocardiograma e a pressão arterial de indivíduos normais submetidos ao tratamento com a técnica de relaxamento profundo. **Metodologia:** Trata-se de um estudo experimental, analítico e prospectivo, desenvolvido com seres humanos, realizado na Universidade Metodista de Angola. Foram seleccionados 10 indivíduos do género masculino, com idade compreendida entre 20 aos 35 anos, sem histórico de hipertensão arterial, e sem nenhum tratamento medicamentoso durante o período experimental. Foi utilizada a música sedativa instrumental *Deep Relaxation Sa 11*, com volume ajustado de acordo com o bem-estar do próprio voluntário, durante 30 minutos. Para a auscultação da música foi utilizado um par de auriculares da marca Live. Para a acupuntura, foram utilizadas agulhas de marca DONG BANG size: 0,25x30mm aplicadas nos acupontos Yin-tang e Meridiano Intestino Grosso 4 (IG4) bilateralmente. Relativamente ao procedimento terapêutico, primeiramente os voluntários foram colocados na posição decúbito dorsal para repouso durante 5 min. Após os 5 minutos aferiu-se a PA e realizou-se o eletrocardiograma antes da terapia, em seguida, foi feita a colocação das agulhas IG4 a direita e a esquerda, e Yin-tang, foram postos os auriculares nos pavilhões auditivos, ligada a música e ajustado o volume. Depois de 30 minutos reduziu-se o volume da música a zero, foram retiradas as agulhas e os auriculares, aferiu-se a PA e fez-se outro eletrocardiograma. A PA foi mensurada por meio de um estetoscópio e esfigmomanómetro de marca BD, e FC por meio de ECG convencional



Tipo de trabalho: RESUMO SIMPLES (MÁXIMO 2 PÁGINAS) / SHORT ESSAY (MAX 2 PAGES)

antes e após o relaxamento profundo. Os resultados foram submetidos ao teste de normalidade *kolmogorov-smirnov* seguido do teste *Mann Whitney* o nível de significância de 5%, $p \leq 0,05$. Foi utilizado o software Bioestat 5.3. O presente estudo foi aprovado pelo CEP da UMA sob o parecer nº. 056/18. **Resultados:** Observou-se redução de 5,40% da PAS com $p=0,006$; aumento de 14,10% do intervalo PR com $p=0,015$; redução de 10,72%, no intervalo RR, sem significância estatística, mas com alta significância clínica. Os demais parâmetros do ECG não sofreram alteração significativa. **Considerações finais:** O estudo mostrou considerável redução da pressão arterial sistólica, e aumento significativo do parâmetro PR do eletrocardiograma após a aplicação do tratamento com relaxamento profundo e modulação da frequência cardíaca. A técnica de Relaxamento profundo foi capaz de melhorar as algumas funções do sistema cardiovascular.

Palavra-chave: Relaxamento profundo, musicaterapia, acupuntura, electrocardiografia e Pressão Arterial.