

## MAPEAMENTO DOS PROGRAMAS DE EXERCÍCIOS FÍSICOS INTRADIALÍTICOS NO BRASIL <sup>1</sup>

**Felipe Paim<sup>2</sup>, Anny Beatriz Somavilla<sup>3</sup>, Fernanda de Arruda Mayer<sup>4</sup>, Juliedy Waldow Kupske<sup>5</sup>, Paulo Ricardo Moreira<sup>6</sup>, Rodrigo de Rosso Krug<sup>7</sup>**

<sup>1</sup> Projeto de extensão da Universidade de Cruz Alta (UNICRUZ)

<sup>2</sup> Aluno do curso de graduação em Educação Física (UNICRUZ), Bolsista PROBIC/FAPERGS, felipe24paim@gmail.com, Cruz Alta/RS/Brasil.

<sup>3</sup> Aluna do curso de Fisioterapia (UNICRUZ), Bolsista PIBIC/UNICRUZ, anny.beatriz@sou.unicruz.edu.br, Cruz Alta/RS/Brasil.

<sup>4</sup> Aluna do curso de Fisioterapia (UNICRUZ), fernandamayer95@gmail.com, Cruz Alta/RS/Brasil.

<sup>5</sup> Especialista em Saúde da Família. Mestranda e bolsista CAPES do Programa de Pós-Graduação em Atenção Integral à Saúde (UNICRUZ/UNIJUI). jkupske@unicruz.edu.br. Cruz Alta / RS/ Brasil.

<sup>6</sup> Doutor em Medicina (Nefrologia). Professor do Programa de Pós-Graduação em Atenção Integral à Saúde (UNICRUZ/UNIJUI). pmoreira@unicruz.edu.br, Cruz Alta/ RS/Brasil.

<sup>7</sup> Professor orientador. Doutor em Ciências Médicas. Professor do Programa de Pós-Graduação em Atenção Integral à Saúde (UNICRUZ/UNIJUI). rkrug@unicruz.edu.br, Cruz Alta/ RS/Brasil.

**Introdução:** A Insuficiência renal crônica (IRC) é caracterizada pela perda lenta, progressiva e irreversível do funcionamento dos rins, os quais perdem a capacidade de efetuar suas funções, ocasionando o acúmulo de líquidos e resíduos no organismo afetando a grande maioria dos sistemas e funções do corpo. A hemodiálise é um procedimento que realiza exatamente a função do rim no organismo, retirando as substâncias tóxicas, água e sais minerais pelo auxílio de uma máquina. A IRC somada a HD pode ocasionar implicações no sistema cardiovascular (coração e vasos sanguíneos), diminuição da aptidão física, nível de atividade física, vitalidade e qualidade de vida, dentre outros. Neste sentido, a prática do exercício físico intradialítico auxilia na manutenção/melhora destas variáveis de saúde e na eficiência do tratamento. **Objetivo:** Descrever os programas de exercícios físicos propostos nas clínicas de hemodiálise brasileiras. **Métodos:** Tratou-se de um estudo observacional descritivo. Os centros de diálise que estão em funcionamento no Brasil foram identificadas a partir do site da Sociedade Brasileira de Nefrologia (<https://www.sbn.org.br/utilidades-para-o-paciente/centros-de-dialise/>). A partir deste cadastro foi realizada tentativa de contato por e-mail. Foram realizadas duas tentativas de contato, com intervalo de 3 semanas entre as tentativas. O período de levantamento das informações ocorreu entre os meses de julho a agosto de 2020. O questionário era constituído das seguintes perguntas: “É desenvolvido algum tipo de intervenção com exercício físico durante o tratamento hemodialítico neste Centro de Saúde?” e “Caso a resposta seja sim, qual o contato do profissional responsável para obtermos mais informações?”. O estudo seguiu as recomendações da Resolução nº 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde sendo aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade de Cruz Alta sob o CAAE 82699917.1.0000.5322.). Os dados foram tratados por frequência e percentual **Resultados:** Das 810 clínicas de hemodiálise cadastradas na Sociedade

Brasileira de Nefrologia, 76 responderam as informações solicitadas no e-mail (percentual de resposta = 9,38%). Destas 88,1% (n=67) informaram que não realizavam nenhum programa de intervenção com exercícios físicos e 11,9% (n=9) realizam este tipo de intervenções intradiáliticas. Nestes programas ofertados pelas clínicas, merece destaque que o profissional responsável pela aplicação do protocolo, na maioria das clínicas, era o fisioterapeuta (55,5%; n=5) e o restante das clínicas não respondeu esta questão. As clínicas que responderam 43,4% eram da região Sudeste (n=33), 30,2% da região Sul (n=23), 13,1% da região Centro Oeste (n=10), 10,5% da região Nordeste (n=8) e 2,8% da região Norte (n=2). Em geral, a maioria dos protocolos de exercícios físicos intradiáliticos se constituem em aeróbico, exercício resistido dos MMSS (flexo-extensão, fortalecimento de tríceps, abdução de ombro) e MMII (extensão dos joelhos, flexão de quadril, abdução de quadril) e exercícios combinados.

**Conclusão:** Diante dos achados apresentados, a avaliação inicial deste estudo sugere que as poucas clínicas renais possuem programas de exercícios físicos intradiáliticos, sendo necessário então, que novas ações deste tipo sejam estimuladas pelos profissionais de saúde deste local, principalmente pelo Fisioterapeuta e/ou pela profissional de Educação Física. Além disso, os gestores dos locais de saúde e governantes devem auxiliar nestas propostas tendo em vista todos os benefícios que o exercício físico pode proporcionar para esta população.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Motora; Diálise Renal; Coleta de Dados; Insuficiência Renal Crônica; Centros de Saúde.