



Efeito de um programa de exercício físico na qualidade de vida de crianças com sobrepeso ou obesidade

Ferreira, G.L.G.; Santana, M.C.; Lopes, M.S.; Andaki, A.C.R.

Universidade Federal do Triângulo Mineiro, Uberaba, Brasil

A obesidade infantil é um preocupante tema pela sua alta prevalência mundial nos últimos anos e consequente desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis ao longo da vida adulta. Crianças obesas tem apresentado associação com a baixa qualidade de vida (QV) relacionada à saúde. O objetivo do estudo foi avaliar o efeito de um programa com exercício físico na qualidade de vida relacionada à saúde de crianças com excesso de peso ou obesidade. Trata-se de um ensaio clínico experimental. A amostra foi composta por 52 crianças com idades entre os seis e doze anos classificadas com sobrepeso ou obesidade pelo índice de massa corporal (IMC) acima do percentil 85 para idade e sexo conforme os critérios da Organização Mundial de Saúde. As crianças foram aleatoriamente divididas em três grupos: n=21 Grupo Intervenção Salão (GIS), n=15 Grupo Intervenção Piscina (GIP) e n=16 Grupo Controle (GC). Avaliou-se, antes e após 18 semanas de intervenção (três vezes por semana, com duração de 60 minutos cada sessão), a estatura, a massa corporal, IMC e a qualidade de vida relacionada à saúde autorrelatada pela utilização do questionário pediátrico de Qualidade de Vida – *Pediatric Quality of Life Inventory* (PedsQL 4.0). O teste de ANOVA de medida repetida foi usado na comparação entre tempo, grupo e na interação tempo*grupo, com nível de significância $p < 0,05$. Finalizaram a intervenção n=40 crianças, n=15 GIS, n= 13 GIP e n=12 GC. O domínio físico e qualidade de vida geral relatado pelas crianças apresentou interação tempo*grupo, $p < 0,05$. Um achado interessante é o aumento nos escores do domínio físico pelos GIS e GIP e que está relacionada à habilidade da criança em executar atividades da vida diária com uma melhora na qualidade de vida nas ações de andar, correr e na prática de esporte. Conclui-se, que o programa proporcionou efeitos positivos na qualidade de vida relacionada à saúde, quanto ao domínio físico como no domínio geral relatado por crianças com excesso de peso ou obesidade. Apoio CAPES.

E-mail: saculmag@hotmail.com