



EFEITOS DO EXERCÍCIO FÍSICO AGUDO NAS MEDIDAS ESPIROMÉTRICAS DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS

Oscar Gutiérrez Huamaní ¹
Ruth Lozano Guillén ²

A respiração é um processo fundamental para todo ser vivo. A espirometria é um teste que permite detectar o risco de doenças pulmonares. A inatividade física, o confinamento e o uso de máscaras foram fatores que influenciaram o fluxo respiratório das pessoas no contexto da pandemia de COVID-19. O objetivo da pesquisa foi determinar os efeitos do exercício físico agudo na Capacidade Vital Forçada (CVF) e no Volume Expiratório Forçado (VEF-I) em universitários. Amostra de 73 alunos voluntários de $22,7 \pm 4,4$ anos da Escola Profissional de Educação Física, com saúde aparente que assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido aprovado pelo comitê de ética da UNSCH. O método foi um ensaio clínico pré-teste e pós-teste com amostra única. A coleta de dados foi realizada com 02 Espetrômetros portáteis, seguindo o protocolo de espirometria. A variável independente, exercício físico agudo, foi aplicada segundo o protocolo de esforço físico agudo de Bruce durante 20 minutos em esteira rolante. Os resultados mostram média e desvio padrão da CVF de $96,23 \text{ L/min} \pm 25,70$ antes do exercício, $96,27 \text{ L/min} \pm 25,03$ após o exercício. Nos valores de VEF1 antes do exercício o valor foi de $93,82 \text{ L/min}$ e após o exercício $93,06 \text{ L/min} \pm 29,5$. Existem diferenças na função pulmonar entre diferentes populações, essas diferenças podem afetar a função pulmonar direta ou indiretamente, através de sua influência nos parâmetros antropométricos, estado nutricional, força muscular, sendo importante estabelecer os valores espirométricos de cada comunidade ou região. Após a comparação do pré-teste com o pós-teste com o teste dos postos sinalizados de Wilcoxon, obteve-se valor de $p > 0,05$ em ambos casos, não havendo diferenças significativas, indicando que o exercício físico não tem efeito broncodilatador imediato. Podemos concluir que o exercício físico agudo por 20 minutos não tem efeitos significativos em uma resposta imediata nos valores de fluxo de CVF e VEF1 de dois estudantes de educação física da Universidade Nacional Maior de San Cristóbal de *Huamanga*.

Financiamento, FOCAM (Fundo de Desenvolvimento Socioeconômico Camisea) RCU N°355-2020-UNSCH-CU e Escola de Pós-graduação da UNSCH.

¹ Doutor em Ciências da motricidade da UNSCH, oscar.gutierrez@unsch.edu.pe

² Doutora em educação da UNSCH, ruth.lozano.41@unsch.edu.pe