

**ANAIS DE EVENTO****II JORNADA GOIANA DE FISILOGIA DO EXERCÍCIO E SAÚDE  
VI CURSO INTRODUTÓRIO DA LIGA ACADÊMICA DE FISILOGIA  
DO EXERCÍCIO (LAFE) – UEG**

A II Jornada Goiana de Fisiologia do Exercício e Saúde e VI Curso Introdutório da Liga Acadêmica de Fisiologia do Exercício (LAFE) da Universidade Estadual de Goiás (UEG), foi o segundo evento da Liga de cunho científico de expressão com intuito de valorizar a produção científica de seus membros, bem como da comunidade acadêmico-científica do estado de Goiás. Possibilitou ainda o ingresso de novos acadêmicos à Liga, sendo que para sua realização contou com apoio institucional da Universidade Estadual de Goiás (UEG), unidade ESEFFEGO (Escola Superior de Educação Física e Fisioterapia de Goiás). O evento ocorreu no dia 05 de junho de 2016 no CEAFI Escola de Pós-Graduação, com programação de quatro palestras que englobaram temáticas relacionadas à fisiologia do exercício, prevenção, treinamento e reabilitação abordados por palestrantes com experiência nas temáticas propostas. O evento contou com público alvo de acadêmicos, profissionais e pesquisadores das áreas de educação física, fisioterapia, nutrição, medicina e áreas afins. Contamos com 92 inscritos ouvintes e 24 trabalhos aprovados pela comissão científica e apresentados durante o evento.

A comissão organizadora do evento foi composta pelo professor orientador da LAFE, Esp. Fabrício Galdino Magalhães, pelos acadêmicos diretores da liga, Ana Paula Silva e Cruz, Andressa Moura Costa e Christoffer Novais de Farias Silva, e houve ainda apoio de monitores acadêmicos do curso de Educação Física. Contou-se com o apoio institucional do CEAFI Escola de Pós-Graduação.

O resultado final do Evento trouxe consigo o ideal de que o crescimento e valorização das áreas da saúde assim como a segurança de seus clientes/pacientes devem ser embasados no conhecimento e aprimoramento profissional por meio do desenvolvimento de pesquisas científicas em ciências da saúde.

**Comissão Organizadora**

### TRATAMENTO FISIOTERAPÊUTICO NA CAPSULITE ADESIVA DO OMBRO

Alana Cássia Martins de Carvalho; Fernanda Gonçalves Sousa; Klewer Ferreira Rosa de Souza,  
Leudenicé Arcanjo de Carvalho; Mayara de Souza Lêdo

Universidade Salgado de Oliveira

Capsulite Adesiva do Ombro (CAO) é um quadro de inflamação de extensa fibrose da cápsula articular do ombro, esta fica espessada, inelástica e os movimentos ativos e passivos ficam comprometidos. Afeta indivíduos de idade igual ou superior a 50 anos, principalmente no sexo feminino, especificamente na articulação glenoumeral. O objetivo do estudo foi avaliar a evolução do paciente com tratamento conservador na CAO. Este estudo trata-se de um relato de caso, prospectivo, descritivo e qualitativo, realizado com um paciente do sexo feminino na Clínica Escola da Universidade Salgado de Oliveira de Goiânia, com o método de história clínica, exame físico e cinésio-funcional pré e pós-tratamento fisioterapêutico. Após realizada dez sessões de fisioterapia percebeu-se uma melhora em suas atividades de vida diária, diminuição do quadro algico e melhora na amplitude de movimento de flexão 78° pra 84°, extensão 10° pra 22°, adução 10° pra 40°, abdução 80° pra 82°, rotação interna 30° pra 82°, rotação externa 10° pra 22°. Conclui-se que o tratamento conservador, nessa paciente, pôde diminuir a sintomatologia de cada estágio da patologia.

**Palavras-chave:** capsulite adesiva, ombro, articulação da glenoumeral.

## INFLUÊNCIA DA OBESIDADE NA CAPACIDADE FUNCIONAL DA COLUNA LOMBAR DE MULHERES

Amanda Marques Faria<sup>1</sup>; Amanda Terra Silva<sup>1</sup>; José Roberto de Souza Júnior<sup>2</sup>;

Thaís Inácio Rolim Póvoa<sup>1</sup>; Tânia Cristina Dias da Silva Hamu<sup>1</sup>

1- Universidade Estadual de Goiás

2- Universidade de Brasília

Sobrepeso e obesidade são definidos como anormal ou excessivo acúmulo de gordura que pode afetar a saúde. O excesso de peso leva a diminuição da estabilidade e aumento da solicitação mecânica consequentemente gerando quadros de lombalgia, devido a isso tais sujeitos devem ser avaliados antes do início de qualquer intervenção. O objetivo do estudo foi verificar o grau de incapacidade em sujeitos que apresentam peso acima do ideal que serão submetidos a um programa multidisciplinar com foco no emagrecimento. Pautou-se em estudo analítico, transversal, composto por mulheres participantes de um programa multidisciplinar (Educação Física, Fisioterapia e Nutrição) da Universidade Estadual de Goiás. Foram utilizados o questionário epidemiológico e o questionário de incapacidade de Rolland Morris. Foi realizada análise descritiva por meio do programa SPSS, versão 23.0. A amostra foi de 15 mulheres, sendo 61,5% com sobrepeso e 38,5% com obesidade grau 1 e 2, com média de idade de 54 anos e IMC 27,5. Os valores mínimo e máximo encontrados no questionário de incapacidade de Rolland Morris foram respectivamente de 0 e 19 pontos enquanto que a média obtida foi de 9 pontos. Conclui-se que os sujeitos apresentam incapacidade moderada de acordo com o questionário de incapacidade de Rolland Morris, devendo esta ser observada e trabalhada durante o programa multidisciplinar, por mais que o enfoque seja o emagrecimento mostrando assim a importância do Fisioterapeuta dentro do programa.

**Palavras-chave:** fisioterapia, obesidade, função.

### PREVALÊNCIA DE DOR LOMBAR EM SUJEITOS ACIMA DO PESO IDEAL

Amanda Terra Silva; Amanda Marques Faria; José Roberto de Souza Júnior;  
Thaís Inácio Rolim Póvoa; Tânia Cristina Dias da Silva Hamu

Universidade Estadual de Goiás

O excesso de peso diminui a estabilidade e aumenta a solicitação mecânica gerando lombalgia. O objetivo do estudo foi verificar prevalência de dor lombar em sujeitos obesos. A pesquisa contou com a participação de 15 mulheres, com média de 54 anos e IMC 27,5; sendo nos integrantes da pesquisa participantes de um programa multidisciplinar. Foi utilizado o questionário epidemiológico e o questionário de triagem para dor lombar. Todos apresentaram dor lombar 6,7% aguda, 53,3% subaguda e 40% crônica. Pode-se concluir que a dor lombar deve ser trabalhada mesmo que o enfoque seja o emagrecimento.

**Palavras-chave:** fisioterapia, obesidade, dor lombar.

**ESTILO DE VIDA E ESTADO NUTRICIONAL DE MULHERES PRATICANTES DE ATIVIDADE FÍSICA NO  
MUNICÍPIO DE INHUMAS**

Andressa Moura Costa<sup>1</sup>; Lídia Acyole de Souza Oliveira<sup>1</sup>; Samanta Garcia de Souza<sup>1</sup>;  
Thiago Camargo Iwamoto<sup>2</sup>; Bruno Hadley Guedes da Silva<sup>2</sup>

1- Universidade Estadual de Goiás

2- Pontifícia Universidade Católica de Goiás

O estilo de vida adotado por um indivíduo exerce grande influência na sua saúde. Isso porque comportamentos positivos estão comumente associados à prevenção de doenças crônicas não transmissíveis e diminuição de taxas de mortalidade. Nesse sentido, o objetivo do estudo foi diagnosticar e classificar o estilo de vida e identificar o estado nutricional de praticantes de atividade física em Inhumas. A pesquisa contou com 65 mulheres com idade média de  $43,5 \pm 13,5$  anos. Para classificação do Estilo de Vida foi utilizado o Questionário de avaliação do Perfil do Estilo de Vida Individual de Nahas (2000), e mensuração de peso e estatura para cálculo do IMC. Identificou-se que 47,7% teve o perfil regular e, 47,7% teve perfil positivo. Apenas 4,6% apresentaram perfil negativo para o estilo de vida. Quanto à relação do Estilo de Vida com o Estado Nutricional percebeu-se que 45,2% apresentaram perfil positivo estão em sua maioria com sobrepeso e 41,9% estão eutróficas. Das mulheres que apresentaram estilo de vida regular, 51,6% se apresentaram eutróficas e 22,6% com sobrepeso. Quanto ao estilo de vida, a amostra apresentou perfil regular no geral, mas com os componentes nutrição e atividade física inadequados. Quanto ao estado nutricional, foi possível identificar uma amostra eutrófica, porém não houve associação entre o estilo de vida e estado nutricional. São necessárias políticas públicas que gerem a promoção da saúde no município de Inhumas.

**Palavras-chave:** estilo de vida, estado nutricional, atividade física.

## INDICADORES DA APTIDÃO FÍSICA DE MULHERES ADULTAS PRATICANTES REGULARES DE MUSCULAÇÃO EM GOIÂNIA

Augusto César Vilela Gama; Gilberto Reis Agostinho Silva

Universidade Salgado de Oliveira

São variados os motivos que influenciam os exercícios resistidos serem hoje uma das atividades físicas com maiores adeptos. Um dos maiores fatores é o bombardeio midiático pela busca do corpo perfeito, enaltecendo exacerbadamente a busca a qualquer preço pela aquisição de estereótipos de beleza pré-definidos, utilizando-se da musculação para obtenção desse corpo, muitas vezes incoerentes com a individualidade biológica da maioria dos indivíduos, trazendo malefícios à saúde. O objetivo do estudo foi analisar os indicadores da aptidão física de mulheres adultas praticantes de musculação em Goiânia. A pesquisa foi composta por 6 mulheres adultas, praticantes regulares de musculação, com idade entre 25 e 38 anos. Houve a mensuração de peso, altura, composição corporal,  $VO_2$  máximo e testes neuromotores abdominais, flexibilidade e flexão de braço. A amostra consta que 100% apresentaram um IMC normal, a média do percentual de gordura do grupo foi de 22% da sua composição corporal total. O  $VO_2$  máximo atingiu um resultado de 33% entre bom e excelente, a flexibilidade com 100% entre médio e bom, o abdominal apresentou 83% de excelente e na flexão de braço 83% conseguiram um resultado excelente. Conclui-se que os exercícios resistidos proporcionam uma melhora na aptidão física de seus praticantes, porém no quesito  $VO_2$  máximo o resultado ficou abaixo da média, mostrando a necessidade dos praticantes de musculação associarem exercícios físicos que desenvolvam o sistema cardiorrespiratório.

**Palavras-chave:** exercícios resistidos, aptidão física, adultas.

**ATIVIDADE PSICOMOTORA NA MELHORA DE FUNÇÕES COGNITIVAS DE MEMÓRIA E DE ATENÇÃO EM UM INDIVÍDUO COM TOXOPLASMOSE**

Bárbara Andressa Mendonça de Rocha Mesquita; Anderson Miguel da Cruz;  
João Henrique Suanno

Universidade Estadual de Goiás

A toxoplasmose é uma doença que pode trazer sérios riscos a saúde. A atividade psicomotora proporciona ao indivíduo o desenvolvimento integral em relação aos seus aspectos motores, cognitivos afetivos e sociais. Neste sentido, o objetivo foi analisar a prática da atividade psicomotora na melhora de funções cognitivas de memória e atenção no indivíduo com toxoplasmose. O estudo contou com uma participante de 21 anos que possui toxoplasmose congênita e baixa visão. Para a coleta de dados foram utilizados: Teste por cancelamento para avaliar atenção visual; Teste de Habilidade de Atenção Auditiva Sustentada para avaliar a atenção auditiva; e bateria cognitiva para avaliar a memória auditiva e visual de curto prazo; esses testes foram aplicados pré-aulas, após a 7ª aula e pós-aulas de atividades psicomotoras de lateralidade, equilíbrio, controle do próprio corpo, organização espacial e estruturação temporal, ministradas 3 vezes na semana com duração de um mês e duas semanas mostraram-se eficientes para o desenvolvimento das funções cognitivas de atenção auditiva e memória auditiva de curto prazo. Em relação à função cognitiva de atenção e memória visual de curto prazo necessita-se de mais intervenções para que estas possam ser significativamente desenvolvidas. Pode-se apontar que as atividades psicomotoras devem ser usadas como instrumento para o desenvolvimento de pessoas que possuem deficiência, pois levam a modificações fisiológicas que melhoram o aspecto biopsicossocial.

**Palavras-chave:** atividade psicomotora, toxoplasmose, funções cognitivas.

## SATISFAÇÃO DA IMAGEM CORPORAL DE PESSOAS COM DISMORFIA MUSCULAR

Bruno Hadley Guedes da Silva<sup>1</sup>; Thiago Camargo Iwamoto<sup>1</sup>; Andressa Moura Costa<sup>2</sup>;  
Lídia Acyole de Souza Oliveira<sup>2</sup>

1- Pontifícia Universidade Católica de Goiás

2- Universidade Estadual de Goiás

A história da civilização está vinculada à história do corpo humano. Houve constantes modificações na ideia de corpo nas últimas décadas, devido a uma transformação nos valores sociais, proporcionando assim uma conceituação e padronização de um modelo de corpo reinventado. O grupo que apresenta Dismorfia Muscular sente-se menos fisicamente atrativo que o padrão cultural estabelecido. O objetivo do estudo foi refletir a relação entre a Dismorfia muscular e a satisfação da imagem corporal de pessoas praticantes de exercícios físicos. Tratou-se de uma revisão de literatura. Pôde-se compreender que a pessoa que possui a Dismorfia Muscular está enquadrada em um dos tipos de Transtornos Dismórficos Corporais. É apontado como uma preocupação exagerada com a dimensão muscular comprometendo sofrimentos significativos ou com prejuízos para as áreas importantes na vida do sujeito, tal como: parte física, mental, social, amorosa, familiar, emocional, sentimental e outras. Desta forma, entende-se que a satisfação com a imagem corporal é baixa causando uma baixa estima no praticante de exercícios físicos. Há na literatura dados que apontam que quanto maior a insatisfação com a aparência, musculatura e peso, há influências significativas sobre a qualidade de vida e saúde do indivíduo. Conclui-se que há uma relação entre a satisfação corporal e a Dismorfia Muscular, observando que quanto maior o indicativo desta disfunção, maior o nível de insatisfação.

**Palavras-chave:** dismorfia muscular, imagem corporal, satisfação, corpo.

**RESPOSTA DO LACTATO PLASMÁTICO EM DIFERENTES TIPOS DE TREINAMENTO DE CICLISMO INDOOR:  
ESTUDO PILOTO**

Christoffer Novais de Farias Silva<sup>2</sup>; Rafael Gomes Resende<sup>2</sup>; Luiz Paulo Lopes Carrijo<sup>2</sup>;  
Lucas Pereira e Silva<sup>1</sup>; Jaqueline Martins Sanches<sup>2</sup>; Marko Tullio de Souza Neves Bessa<sup>3</sup>;  
João Paulo Vila Verde Silva<sup>3</sup>; Fabrício Galdino Magalhães<sup>2</sup>

1- Faculdade Estácio de Sá

2- Universidade Estadual de Goiás

3- Universidade Salgado de Oliveira

O Ciclismo Indoor é uma modalidade de treinamento cardiorrespiratório que utiliza percentuais de frequência cardíaca máxima para controlar o esforço de seus praticantes treinando dentro das zonas de energia metabólicas. Comparar as respostas de lactato plasmático identificando o pico do acúmulo de lactato e o instante de sua remoção. Trata-se de um estudo piloto tipo estímulo/efeito de delineamento transversal, com amostra de praticantes de ciclismo indoor, adulto jovem, sexo masculino. Foi realizada três aulas de ciclismo indoor com volume de 40 minutos. Foram coletadas a cada treino, o lactato plasmático nos momentos repouso e depois de 8 em 8 minutos até completar 40 minutos. Foi realizada estatística descritiva (média) e, inferencial (Shapiro Wilk e ANOVA). Foi considerado nível de significância de  $p < 0,05$ . Foi comparado o treinamento competição, intervalado anaeróbio e montanha do ciclismo indoor, respectivamente, nos momentos repouso (4,3; 2,9; 2,4), 8 minutos após o início do treinamento (4,8; 3,7; 3,2), 16 minutos (9,6; 4,8; 7,3), 24 minutos (11,7; 10,4; 8,5), 32 minutos (15,3; 8,8; 9,4), 36 minutos (21,6; 9,0; 9,9), 40 minutos (5,5; 10,3; 6,1) e, frequência cardíaca no momento repouso (91; 71; 74), 8 minutos após o início do treinamento (102; 98; 107), 16 minutos (136; 128; 135), 24 minutos (146; 117; 147), 32 minutos (159; 123; 155), 36 minutos (166; 164; 161), 40 minutos (101; 104; 116). O lactato plasmático apresentou aumento nos três diferentes tipos de treinamento até o momento 36, apresentando diminuição no momento final.

**Palavras-chave:** Lactato, ciclismo, treinamento.

**O ESPORTE NO DESENVOLVIMENTO DA MOTRICIDADE GLOBAL DE EDUCANDOS SURDOS DO ENSINO  
FUNDAMENTAL DE UMA ESCOLA ESTADUAL BILÍNGUE EM GOIÂNIA – GO**

Francivan Oliveira Ferreira; Mauricio Martins da Silva; Neitson Carlos Santos;  
Augusto Cesar Vilela Gama; Ademir Azevedo Soares Júnior; Edson Leonel Rocha;  
Kleber Mirallia de Oliveira; Willian Mendes Costa

Universidade Salgado de Oliveira

A Educação Física Escolar atual tem como um dos principais focos o desenvolvimento da psicomotricidade dos alunos. Contudo esse desenvolvimento não acontece de forma desejável com alunos surdos, em decorrência de sua deficiência, onde os mesmos apresentam um elevado déficit de desenvolvimento de suas habilidades motoras básicas. O objetivo do estudo foi adaptar e utilizar os conteúdos sistematizados do esporte no desenvolvimento motor de alunos surdos do ensino fundamental. Este é um estudo descritivo qualitativo transversal realizado com 11 alunos em uma escola estadual bilíngue de Goiânia. No total ocorreram 15 aulas, sendo três aulas semanais de 50 minutos cada. Na primeira aula foi aplicado o teste de Escala do Desenvolvimento Motor (EDM) de Rosa Neto (2012) para avaliar o nível da motricidade global dos educandos surdos e 14 intervenções adaptando e utilizando os conteúdos sistematizados do esporte, com uma metodologia desenvolvimentista. Através dos resultados do teste de EDM notou-se que 100% dos alunos apresentaram atrasos no desenvolvimento motor. Diante de tais índices, as 14 intervenções foram de suma importância e demonstraram uma visível melhora progressiva da motricidade global dos educandos. Cabe registrar que as intervenções conseguiram também melhorar as valências cognitivas e emotivo-sociais, conforme relatos dos professores de outras disciplinas e dos próprios alunos.

**Palavras-chave:** esporte, motricidade, surdos.

## RESPOSTA SUBAGUDA DA PRESSÃO ARTERIAL DE MULHERES HIPERTENSAS APÓS A PRÁTICA DE HATHA IOGA

Jakeline Martins Sanches<sup>1</sup>; Lucas Pereira e Silva<sup>2</sup>; Luiz Paulo Lopes Carrijo<sup>1</sup>;  
Marko Tullio de Souza Neves Bessa<sup>3</sup>; Fabrício Galdino Magalhães<sup>1</sup>;  
Lilian Fernanda Pacheco Moreira de Souza<sup>1</sup>

1- Universidade Estadual de Goiás

2- Faculdade Estácio de Sá

3- Universidade Salgado de Oliveira

A hipertensão arterial sistêmica é uma doença multifatorial relacionada ao aumento da pressão arterial. O exercício físico pode trazer benefícios em relação aos níveis pressóricos dos praticantes, mas ainda não se sabe os efeitos ocasionados pela prática de Hatha Ioga. O objetivo foi analisar a resposta da pressão arterial sistólica e diastólica de mulheres idosas hipertensas ativas. Tratou-se de ensaio clínico crossover, com amostra divididas em grupo experimental - PE e Controle - PC. Foi realizada uma sessão de Hatha Ioga, com duração de 50 minutos. A pressão arterial foi aferida antes, imediatamente após e 50 minutos após, com aferições de 10 em 10 minutos. Na comparação intergrupo experimental e controle, respectivamente, a PAS apresentou valores de repouso (123,3; 118,9), imediatamente após (125; 119,4), 10 minutos (120,4; 118,9), 20 minutos (122,6; 124,6), 30 minutos (116,3; 126,1), 40 minutos (119,6; 122,4) e 50 minutos (120,9; 123,2) apresentando diferença significativa apenas no momento 30 após o exercício. E, PAD de repouso (75; 70,6), imediatamente após (73,1; 70,6), 10 minutos (72,7; 71,3), 20 minutos (73,1; 71,3), 30 minutos (71,4; 74,4), 40 minutos (72,8; 72,1) e 50 minutos (73,9; 72,3). Verifica-se que os participantes do grupo PE apresentam diminuição da pressão arterial após a intervenção apresentando níveis pressóricos menores em comparação aos participantes do grupo PC.

**Palavras-chave:** resposta cardiovascular subaguda, idosas, hatha ioga.

## DIAGNÓSTICO DA DOENÇA PULMONAR OBSTRUTIVA CRÔNICA NA ATENÇÃO PRIMÁRIA

Joseane Duarte Lima<sup>1</sup>; Michely Leão Muniz Gouveia<sup>1</sup>; Leticia Rodrigues Cavalcante<sup>1</sup>;  
Laiza Gonçalves Silva<sup>1</sup>; Luiz Fernando Martins de Souza Filho<sup>1</sup>;  
Jordana Campos Martins de Oliveira<sup>1</sup>; Erikson Custodio Alcântara<sup>1</sup>; Marcelo Fouad Rabahi<sup>2</sup>

1- Universidade Estadual de Goiás

2- Universidade Federal de Goiás

A doença pulmonar obstrutiva crônica (DPOC) é uma afecção caracterizada por obstrução crônica do fluxo aéreo provocada por um processo inflamatório em resposta a inalação de partículas ou gases tóxicos. A exacerbação dos sintomas induz a incapacidade ou acarreta em alto grau de subdiagnósticos que pode gerar déficit aos pacientes. O objetivo do estudo foi verificar na literatura estudos que abordem a capacidade da atenção primária no diagnóstico da DPOC e conhecimento prévio dos usuários. Trata-se de revisão estruturada de literatura científica referente à pesquisa de artigos indexados na Biblioteca Virtual em Saúde. Foram utilizados os descritores: Atenção Primária à Saúde; Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica e Diagnóstico. Foram selecionados dois estudos em que a literatura aponta para restrita literatura relativa ao diagnóstico da DPOC na atenção primária no Brasil limitando a discussão e conclusão mais objetiva da mesma, porém a literatura disponível aponta para potencial alto nível de subdiagnóstico da DPOC principalmente durante a exarcebação, sendo este subdiagnóstico originário por dois fatores principais a ausência de informações pelo usuário e pela taxa de subdiagnóstico em indivíduos com fatores de risco em unidades básicas de saúde. Os autores sugerem a reprodução de estudos clínicos que abordem a educação em saúde e que avaliem a capacidade de diagnóstico da DPOC em equipes de atenção primária.

**Palavras-chave:** atenção primária à saúde; doença pulmonar obstrutiva crônica; diagnóstico.

## DESENVOLVIMENTO DE UMA FICHA PADRONIZADA DE AVALIAÇÃO FISIOTERAPÊUTICA EM DISFUNÇÃO TEMPORO-MANDIBULAR

Laiza Gonçalves Silva<sup>1</sup>; Joseane Duarte Lima<sup>1</sup>; Leticia Rodrigues Cavalcante<sup>1</sup>;

Michely Leão Muniz Gouveia<sup>1</sup>; Luiz Fernando Martins de Souza Filho<sup>1</sup>;

Jordana Campos Martins de Oliveira<sup>1</sup>;

Erikson Custodio Alcântara<sup>2</sup>

1- Universidade Estadual de Goiás

2- Universidade Federal de Goiás

A disfunção temporomandibular (DTM) é descrita como um conjunto de sinais e sintomas de causas multifatoriais que podem ser de ordem psicológica, anatômica e distúrbios posturais além da relação aos hábitos funcionais que a acometem. Seu tratamento ocorre de forma multidisciplinar e o fisioterapeuta tem papel importante na redução dos desequilíbrios musculares, alterações da postura e restabelecimento da função normal do aparelho mastigatório. O objetivo do estudo foi propor uma ficha padronizada de avaliação fisioterapêutica em disfunção temporo-mandibular (DTM) buscando simplificar a avaliação, fornecendo parâmetros para identificar anormalidades e estipular o grau qualitativo da limitação. Trata-se estudo descritivo, abordando a literatura especializada (BIREME, PEDro, PUBMED e livros texto) e relacionada à avaliação da DTM e fisioterapêutica. A ficha foi fundamentada em dados obtidos na literatura pertinente e experiência clínica dos autores. Foi composta por seis etapas, I- Identificação e breve histórico da disfunção; II- Questionário Anamnésico; III- Exame físico; IV- Avaliação postural, V- Índice de Helkimo ou Disfunção Clínica Craniomandibular (IDCCM) com Índice de Mobilidade Mandibular (IMM); VI- Questionário e Índice de Limitação Funcional Mandibular. Espera-se que a ficha de avaliação em DTM desenvolvida, possa ser utilizada como ferramenta facilitadora para registro das informações obtidas na avaliação fisioterapêutica servindo assim de guia para a escolha clínica dos objetivos e da conduta terapêutica.

**Palavras-chave:** Fisioterapia, avaliação, articulação temporomandibular, síndrome da disfunção da articulação temporomandibular.

## ANÁLISE DO GRAU DE DEPENDÊNCIA À NICOTINA DE DETENTAS DE UMA PENITENCIÁRIA FEMININA

Leticia Rodrigues Cavalcante<sup>1</sup>, Laiza Gonçalves Silva<sup>1</sup>, Joseane Duarte Lima<sup>1</sup>,  
Michely Leão Muniz Gouveia<sup>1</sup>, Luiz Fernando Martins de Souza Filho<sup>1</sup>,  
Jordana Campos Martins de Oliveira<sup>1</sup>, Marcelo Fouad Rabahi<sup>2</sup>, Erikson Custodio Alcântara<sup>3</sup>

1- Universidade Estadual de Goiás

2- Universidade Federal do Rio de Janeiro

3- Universidade Federal de Goiás

O tabagismo é um dos mais importantes problemas de saúde pública na atualidade e é considerado um vício causado pela dependência da nicotina. A avaliação da dependência à nicotina é importante para que sejam desenvolvidas estratégias a fim de cessar tal hábito. O objetivo do estudo foi avaliar o índice de dependência da nicotina entre detentas da Penitenciária Feminina Consuelo Nasser. Trata-se de um estudo observacional, descritivo e quantitativo com detentas fumantes, que foram submetidas a avaliação por meio de ficha epidemiológica e o questionário de Fagerstrom que tem objetivo de estimar o índice de dependência a nicotina no período de agosto a outubro de 2013. A amostra foi composta inicialmente por 38 detentas, destas 16 (42,1%) foram classificadas como fumantes e compuseram a amostra final do estudo, após avaliação com ficha epidemiológica e questionário apresentaram idade média de  $32,2 \pm 12,5$  anos e foram categorizadas em cinco níveis de acordo com a dependência à nicotina: 31,3% muito elevado, 43,7% elevado, 12,5% média, 12,5% baixa e não houve percentual para muito baixa dependência. Trata-se de mulheres jovens com baixa renda e elevado grau de dependência a nicotina representada por 75% da amostra demonstrando a necessidade de desenvolvimento de uma política de atenção à saúde contra o tabagismo nas penitenciárias a fim de proporcionar às mulheres, programas de promoção e educação em saúde, estratégias motivacionais que apoiem a interrupção quanto ao uso do cigarro.

**Palavras chave:** Nicotina, dependência, saúde da mulher, fisioterapia.

## COMPARAÇÃO DAS RESPOSTAS PRESSÓRICAS EM JOGADORES DE FUTEBOL DE VÁRZEA

Lucas Pereira e Silva<sup>1</sup>; Luiz Paulo Lopes Carrijo<sup>2</sup>; Marko Tuhio de Souza Neves Bessa<sup>3</sup>;  
Jakeline Martins Sanches<sup>2</sup>; Fabrício Galdino Magalhães<sup>1</sup>

1-Faculdade Estácio de Sá

2- Universidade Estadual de Goiás

3- Universidade Salgado de Oliveira

A prática de futebol de várzea apresenta características de modalidades sem treinamento podendo ocasionar maiores incidências de eventos cardiovasculares e sobrecarga pressórica durante a realização deste tipo de exercício físico. O objetivo do estudo foi comparar a resposta pressórica de jogadores de futebol de várzea. Trata-se de estudo tipo relação estímulo/efeito transversal, realizado em Inhumas. A amostra foi constituída por praticantes de futebol de várzea com regularidade de até duas partidas por semana, sem patologias associadas, divididos em adulto jovem (GAJ) e adulto (GA). Para coleta de dados foi utilizado o teste de Cooper e, aferida a pressão arterial sistólica e diastólica de repouso, imediatamente após (0), 15 e 30 minutos após a realização do teste. Os grupos apresentaram valores próximos na aferição da PAS no momento repouso (GAJ = 130,57 e GA = 130,54); PAS 0 (GAJ = 162,61 e GA = 171,12); PAS 15 (GAJ = 126,75 e GA = 130,19); PAS 30 (GAJ = 121,21 e GA = 123,42). Nas aferições de PAD obteve-se no momento repouso (GAJ = 79 e GA = 85); PAD 0 (GAJ = 89,14 e GA = 95); PAD 15 (GAJ = 80,79 e GA = 85); PAD 30 (GAJ = 78,89 e GA = 82). Verifica-se que os participantes do GA apresentaram respostas pressóricas aumentadas em comparação com o GAJ, ou seja, o fator idade pode diminuir os ajustes cardiovasculares ocasionados pela sobrecarga pressórica durante e após exercício físico, o pode aumentar a probabilidade de algum evento cardiovascular.

**Palavras-chave:** respostas pressóricas, jogadores, futebol de várzea.

## DESENVOLVIMENTO DO CONTROLE MOTOR DE ESCOLARES DA EDUCAÇÃO INFANTIL

Luiz Paulo Lopes Carrijo<sup>1</sup>; Lucas Pereira e Silva<sup>2</sup>; Jaqueline Martins Sanches<sup>1</sup>,  
Marko Tullio de Souza Neves Bessa<sup>3</sup>; Christoffer Novais de Farias Silva<sup>1</sup>;  
João Paulo Vila Verde Silva<sup>3</sup>; Chaysther Silva Lima<sup>1</sup>; Fabrício Galdino Magalhães<sup>1</sup>

1- Universidade Estadual de Goiás

2- Faculdade Estácio de Sá

3- Universidade Salgado de Oliveira

Na infância ocorre um amplo incremento de habilidades motoras primordiais para o pleno desenvolvimento do indivíduo na fase adulta ocorrendo maior estimulação suplementando as habilidades motoras possibilitando à criança ampliação do seu domínio corporal sobre a execução de diferentes atividades físicas. O objetivo do estudo foi analisar o desenvolvimento motor de escolares da Educação Infantil. Pautou-se em estudo da relação estímulo/efeito, com amostra de 11 escolares da Educação Infantil, com idade entre 4 e 5 anos, ambos os sexos. Foram realizadas intervenções com jogos e brincadeiras contemplando habilidades como motricidade fina, motricidade global, esquema corporal, organização espacial, organização temporal e lateralidade, no período de cinco meses, duas vezes por semana, com duração de 50 minutos cada aula. Foi realizada avaliação inicial e ao final das intervenções utilizando a Escala de Desenvolvimento. Em relação ao quociente motor geral apresentou escore de 121 na primeira avaliação e 136 na segunda sendo significativamente estatístico. Percebe-se que os escolares apresentaram inicialmente padrões normais de desenvolvimento motor, mas que com as intervenções houve aumento superior no desenvolvimento do controle motor. Logo, a prática de exercícios físicos na idade infantil é necessária para o desenvolvimento e manutenção do controle motor.

**Palavras-chave:** desenvolvimento controle motor, escolares, educação infantil.

## CAPOEIRA NO AMBIENTE ESCOLAR: UMA FORMA AGRADÁVEL DE DESENVOLVER MOVIMENTOS E SOCIALIZAÇÃO

Maria Neta Alves de Sousa Gonçalves; Willias Adorno Júnior; Ângelo Roberto Macedo Lima;  
Jessyca Silva Carvalho; Gilberto Reis Agostinho Silva

Universidade Salgado de Oliveira

A criança necessita desenvolver seus aspectos cognitivos e afetivos, de acordo com suas necessidades e capacidades respeitando a realidade social a que ela está inserida. Por sua vez, a capoeira se torna uma ferramenta de muito bom uso no desenvolvimento global de uma criança. O objetivo do estudo foi melhorar a habilidade motora através de ações diárias dos alunos como: caminhar, correr, pular e saltar obstáculos, dando a criança, a percepção de mudanças de movimentos assim que forem necessários. O trabalho foi desenvolvido com observações do contexto pedagógico, co-regência de aulas e 11 regências de capoeira ministradas 2 vezes por semana em uma turma com idade de 8 a 10 anos de idade em uma escola da rede privada da cidade de Aparecida de Goiânia-GO. A capoeira proporcionou aos alunos novas vivências por meio da ludicidade e disciplina deixando-os participativos, conscientes e integrados no meio escolar, ou seja, a capoeira contribuiu no desenvolvimento do âmbito físico e mental relacionado ao respeito, as regras e na convivência diária. Diante disso houve um resultado satisfatório em relação aos objetivos proposto pelas co-regências e regências que foram aplicadas durante a prática deste estudo. Conclui-se que a capoeira pode ser trabalhada como conteúdo nas aulas de Educação Física Escolar, pois tem um rico conteúdo para desenvolver os aspectos físicos, motores, cognitivos e afetivos e, é um conteúdo que não requer de grandes espaços ou de materiais sofisticados.

**Palavras-chave:** escola, capoeira, movimento.

## RESPOSTAS DA FREQUÊNCIA CARDÍACA E CONDICIONAMENTO CARDIORRESPIRATÓRIO DE JOGADORES DE FUTEBOL DE VÁRZEA

Marko Tulhio de Souza Neves Bessa<sup>1</sup>; Luiz Paulo Lopes Carrijo<sup>3</sup>; Lucas Pereira e Silva<sup>2</sup>;  
Jaqueline Martins Sanches<sup>3</sup>; Fabrício Galdino Magalhães<sup>3</sup>

1- Universidade Salgado de Oliveira

2- Faculdade Estácio de Sá

3- Universidade Estadual de Goiás

O futebol de várzea (FV) é um esporte praticado com técnicas de treinamento, mas com frequência irregular. O objetivo foi analisar a frequência cardíaca (FC) e o condicionamento cardiorrespiratório de praticantes de FV. Trata-se de estudo tipo relação estímulo/efeito, com praticantes de FV com regularidade de até duas partidas por semana, divididos em grupo adulto jovem (GAJ) e adulto (GA). Para coleta de dados foi utilizado o teste de Cooper e, aferida a FC repouso imediatamente após (0), 15 e 30 minutos após a realização do teste. Foi utilizada estatística descritiva através de média e desvio padrão e, análise inferencial através do teste de normalidade Shapiro-Wilk e, teste paramétrico T-student considerando significância de  $p < 0,05$ . O GAJ apresentou média de idade de  $21 \pm 2,6$  anos e, o GA  $41 \pm 8,9$  anos. A frequência cardíaca de pico (FC pico) se manteve dentro dos padrões em ambos os grupos ( $187 \pm 10,8$  bpm no GAJ) e ( $176 \pm 8,1$  bpm no GA). Constatou-se  $VO_2$  máximo de  $40 \pm 10,3$  ml.kg.min no GAJ e,  $36 \pm 8,4$  ml.kg.min no GA, caracterizada pelo teste de aptidão física de Cooper apresentando diferenças significativas nas variáveis idade, FCmax e FC pico. A FCrep (GAJ = 71bpm; GA 73bpm); FC 0' (GAJ = 133 bpm; GA 129 bpm); FC 15' (GAJ = 103 bpm; GA = 101 bpm); FC 30' (GAJ = 95 bpm; GA = 91 bpm) não apresentando diferenças significativas. Verifica-se que a prática do FV mesmo que sem regularidade e treinamento mantém o nível de aptidão física do indivíduo apresentando respostas regulares da FC e da capacidade máxima de transportar e metabolizar  $O_2$ .

**Palavras-chave:** frequência cardíaca, futebol de várzea, jogadores.

## CROSSFIT: PERSPECTIVAS ATUAIS, EFICIÊNCIAS E OS RISCOS DE LESÕES

Marko Tullio de Souza Neves Bessa<sup>1</sup>, Alexandre de Araújo Freitas<sup>1</sup>, Francivan Oliveira Ferreira<sup>1</sup>, Augusto Cesar Vilela Gama<sup>1</sup>, Bruno Vila Real Sidião<sup>1</sup>, João Paulo Langsdorff Serafim<sup>2</sup>; Gilberto Reis Agostinho Silva<sup>2</sup>.

1- Universidade Salgado de Oliveira

2- Centro Universitário de Anápolis

O Crossfit é considerado hoje o "esporte do fitness". Trata-se de um programa de condicionamento não tradicional que visa à melhora das capacidades físicas para as mais diversas tarefas. Seus adeptos vão desde praticantes de outras modalidades esportivas, até mesmo indivíduos de grupos especiais, onde sua principal intenção é a de que o executante esteja preparado para qualquer tarefa física, sendo ela desconhecida e ou improvável. O objetivo do estudo foi descrever a realidade atual do Crossfit, suas eficiências e seus índices de lesões relacionados à sua prática. Por meio de uma revisão bibliográfica, contendo os descritores Crossfit, Fitness e Lesões, foram consultadas várias literaturas relativas ao objetivo deste estudo, em forma de livros, revistas científicas e publicações eletrônicas. O Crossfit tem se tornando cada dia mais popular a nível mundial e sua eficiência com evidências científicas parecem não dar suporte à hipótese de que seja superior aos protocolos de treinos tradicionais. Quanto aos riscos de lesões, pesquisas demonstraram haver correlação com a prática de Crossfit e o índice de lesão, devido ao seu alto nível de intensidade e conseqüentemente uma grande exigência física do praticante. O crescimento do Crossfit se deve a sua questão competitiva e desafiadora, associada a uma excelente publicidade e marketing. Para tanto, devem ser adotadas estratégias para minimizar os índices de lesões em seus praticantes.

**Palavras-chave:** crossfit, fitness, lesões.

## O PERFIL DAS DETENTAS DA PENITENCIÁRIA FEMININA CONSUELO NASSER RELACIONADO AO HÁBITO TABÁGICO

Michely Leão Muniz Gouveia<sup>1</sup>; Leticia Rodrigues Cavalcante<sup>1</sup>; Laiza Gonçalves Silva<sup>1</sup>;  
Joseane Duarte Lima<sup>1</sup>; Luiz Fernando Martins de Souza Filho<sup>1</sup>; Jordana Campos Martins de Oliveira<sup>1</sup>;  
Marcelo Fouad Rabahi<sup>2</sup>; Erikson Custodio Alcântara<sup>3</sup>

1- Universidade Estadual de Goiás

2- Universidade Federal do Rio de Janeiro

3- Universidade Federal de Goiás

O tabagismo é um grande problema de saúde pública, sendo considerado um vício causado pela dependência da nicotina e bastante difundido no ambiente prisional. As mulheres enfrentam riscos adicionais oriundos do gênero decorrentes dos efeitos do tabagismo. O objetivo do trabalho foi avaliar o hábito tabágico entre detentas da Penitenciária Feminina Consuelo Nasser. Trata-se de um estudo observacional, descritivo e quantitativo aprovado pelo comitê de ética em pesquisa sob protocolo número 301849, no qual participaram 38 detentas, das 16 afirmaram ser fumantes. As entrevistadas responderam um questionário inicial que as classificava como fumantes e não fumantes, sendo as não fumantes excluídas da segunda etapa. Na segunda etapa foi aplicado um questionário para avaliar o perfil das fumantes. Foi utilizada estatística não paramétrica para as variáveis quantitativas em números absolutos, médias e desvios padrão. A idade média das detentas fumantes foi de  $32,2 \pm 12,5$  anos. Um número significativo de detentas (63%) iniciou o hábito de fumar ainda na fase da infância e adolescência. A maioria absoluta faz o uso do cigarro todos os dias da semana e sustentam seu próprio vício, através do salário remunerado as quais exercem dentro da Penitenciária. Com relação a nível escolar notou-se que 68,8% cursaram o ensino fundamental e 31,2% o ensino médio. A amostra caracterizou-se por ser uma população jovem com baixa renda e escolaridade. Grande parte das tabagistas entrevistadas (94%) querem parar de fumar, porém 44% expressaram falta de motivação em abandonar o cigarro.

**Palavras-chave:** Hábito de fumar, dependência, saúde da mulher, prisões.

**OS BENEFÍCIOS DO TRATAMENTO FISIOTERAPEUTICO EM UMA PACIENTE COM TENOSSINOVITE ESTENOSANTE DE QUERVAIN: RELATO DE CASO**

Patrícia Bueno Rocha; Juliana De Faria Silva; Adriely Gonçalves Pinheiro;  
Adroaldo José Casa Junior; João Paulo Garcia Bezerra

Universidade Salgado de Oliveira

A Tenossinovite Estenosante de De Quervain se caracteriza pela irritação ou tumefação dos tendões dos músculos abductor longo do polegar e extensor curto do polegar no compartimento lateral do punho. O objetivo foi descrever e avaliar o efeito do tratamento fisioterapêutico na tenossinovite de De Quervain. O trabalho consiste em um relato de caso, sexo feminino, 64 anos, artesã e design de interiores, destra, apresentou-se à Clínica Escola de Fisioterapia da Universo, no período de março a abril de 2016, com queixa de inflamação dolorosa e limitante no punho direito. RESULTADOS: A avaliação indicou redução da ADM do punho, principalmente desvio radial, flexão e extensão do punho, abdução e extensão do polegar, fraqueza nos músculos flexores e extensores do carpo e dos dedos, assim como no abductor longo do polegar e extensor curto do polegar e também dor intensa no punho direito. O tratamento consistiu em alongamento de flexores e extensores de carpo, fortalecimento de flexores e extensores do carpo, abductor e extensor do polegar, TENS 150hz, 50us, 20 minutos e laserterapia 904nm, 3J/cm<sup>2</sup>. Após 14 sessões de tratamento, houve redução significativa na dor e ADM de punho de modo geral, aumento do perímetro do antebraço direito e melhora da função geral do membro acometido. A conduta fisioterapêutica adotada se mostrou útil ao tratamento da tenossinovite de De Quervain.

**Palavras-chave:** Doença de De Quervain, fisioterapia, tenossinovite.

## A INFLUÊNCIA DA PROTEÍNA QUINASSE ATIVADA POR AMP NO CONTEXTO DA SÍNDROME METABÓLICA

Rafael Ribeiro Alves

Pontifícia Universidade Católica de Goiás

A síndrome metabólica (SM) é definida como vários fatores de origem metabólica, sendo estes: obesidade, hipertriglicidemia, hipertensão arterial e alterações no metabolismo da glicose. A proteína quinasse ativada por AMP (AMPK) é uma enzima que induz uma cascata de eventos intracelulares em resposta a mudança da carga energética celular, podendo ser uma das principais vias de intervenção para o controle da SM. Objetivou-se correlacionar as ações da AMPK no organismo com os fatores desencadeados pela SM e investigar a utilização da AMPK no tratamento da SM. Este estudo se caracteriza como uma revisão exploratória, qualitativa, transversal. As buscas foram realizadas em três bases de dados (PubMed, Scielo e Periódicos CAPES), com artigos publicados entre os anos de 2004 a 2016. Descritores usados: "AMPK", "Síndrome metabólica" e "AMPK e Síndrome metabólica". Com base nos estudos foram encontradas redução do perfil lipídico via ativação de AMPK. Redução do estresse oxidativo e aterogênese na aorta. O CNTF foi capaz de impedir a morte de células pancreáticas induzida por Aloxana e por IL-1 $\beta$  através da downregulation da via da AMPK em células MIN6. Diante dos resultados encontrados, pode-se constatar que a AMPK tem grande influência nos fatores desencadeadores da SM, sendo ela capaz de promover intervenções diretas reduzindo a magnitude destes fatores. Atualmente já existem medicamentos que possivelmente potencializam a ação da AMPK, sendo um deles a Metformina.

**Palavras-Chave:** AMPK, síndrome metabólica e AMPK síndrome metabólica.

## CAPACIDADE FUNCIONAL E FORÇA DE MEMBROS INFERIORES EM IDOSOS

Taynara Guimarães Santos; Bárbara Pereira de Souza Rosa

Pontifícia Universidade Católica de Goiás

A capacidade funcional e a força de membros inferiores são essenciais para os idosos realizarem suas atividades diárias. Objetivo do estudo foi analisar o nível de força dos membros inferiores dos idosos e relacionar com a capacidade funcional. Trata-se de um estudo transversal. Foram avaliados idosos com faixas etárias entre 55 a 69 anos, do sexo masculino e feminino. A força dos membros inferiores foi avaliada por meio da realização do teste sentar e levantar da cadeira em 30 segundos. O desempenho da capacidade funcional dos idosos foi avaliado através dos questionários de AVDs (Escala de Katz) e AIVD (Escala de Lawton). Os principais resultados encontrados foram que dos 14 idosos que realizaram os dois questionários todos se encontravam dentro da classificação de Independência Funcional, de acordo com a classificação proposta pelos autores dos questionários Katz (1970) e Lawton (1982). Os 14 idosos que se submeteram ao teste de força de sentar e levantar na cadeira em 30 segundos, 12 idosos se encontram dentro no padrão de força. Durante o envelhecimento o indivíduo fisicamente ativo, que tem o hábito de praticar atividades físicas regulares e orientadas tem a manutenção da força muscular e o aumento, pode lhe proporcionar benefícios para a capacidade funcional auxiliando na promoção da saúde do idoso.

**Palavras-chave:** Capacidade Funcional, envelhecimento humano e força de membros inferiores.

## RELAÇÃO DO NÍVEL DE DEPENDÊNCIA DE EXERCÍCIOS FÍSICOS COM A FREQUÊNCIA DA PRÁTICA

Thiago Camargo Iwamoto, Bruno Hadley Guedes da Silva

Pontifícia Universidade Católica de Goiás

Os debates sobre o corpo jamais alcançaram tamanha dimensão quanto no Século XXI. Os indivíduos têm buscado alcançar os estereótipos normatizados pelos aspectos socioculturais, além da alimentação, encontra-se os exercícios físicos como meio para tal objetivo. Objetivou-se avaliar o nível de dependência de exercícios, ampliando para o trato dos domínios relacionados ao mesmo, além de considerar a relação entre a dependência e frequência da prática. Foi realizado um estudo descritivo do tipo *survey*. Os dados foram coletados através da Escala de Dependência de Exercícios e questionário socioeconômico. A análise se deu a partir das médias e desvio padrão, frequência relativa e absoluta, utilizou-se o *software* para analisar a confiabilidade interna (Alfa de Cronbach). Participaram 37 indivíduos fisicamente ativos, a maioria pratica de três a cinco vezes por semana e com duração de uma a duas horas por sessão, em sua maioria, foi do sexo feminino objetivando hipertrofia, com idade média de 27,62 anos. Identificou-se que há uma consistência interna favorável quando analisada a escala de forma geral (0,851), assim como as categorias, exceto a categoria de abstinência e privação que obteve o menos Alfa de Cronbach (0,348). Os indivíduos apresentaram característica de nível não dependente de exercícios físicos. Para entender se os indivíduos são ou não dependentes de exercícios físicos há necessidade de uma análise de todo o conjunto de informações. E esses dados podem dar um maior direcionamento aos profissionais de Educação Física.

**Palavras-chave:** Dependência, exercícios físicos, frequência.

## ASPECTOS MOTIVACIONAIS QUE INFLUENCIAM MULHERES DE 60 A 70 ANOS NA PRÁTICA DE HIDROGINÁSTICA EM UMA ACADEMIA DE GOIÂNIA

Vitor Moura Ataidés<sup>1</sup>; Fábio Santana<sup>2</sup>; Ademar Azevedo Soares Júnior<sup>1</sup>; Rafael Felipe Cardoso<sup>2</sup>

1- Faculdade Estácio de Sá de Goiás

2- UniEvangélica – Centro Universitário de Anápolis

A hidroginástica exerce um importante papel na prevenção e reabilitação de várias perdas biológicas e autonomia funcional, melhorando a força, resistência muscular, capacidade cardiorrespiratória e amplitude articular. Objetivou-se identificar os aspectos motivacionais que influenciam mulheres na prática de hidroginástica. Trata-se de um estudo descritivo. Foram entrevistadas 11 mulheres, com idade entre 60 e 70 anos de uma academia de Goiânia. Foi aplicado questionário e feita observação sistemática, onde os participantes responderam questões de interesse do pesquisador. Foi identificada significância nos efeitos benéficos da hidroginástica, com destaque para a melhora na redução do estresse, onde (63,6%) relataram esse benefício. Levando em consideração que as participantes foram observadas uma baixa relevância para a redução de peso (45,5%) e para o aumento de força (36,4%). A maior representação foi observada na contribuição para sociabilidade, onde (100%) das entrevistadas assinalaram essa alternativa deixando claro e evidente que a hidroginástica melhora de forma unânime a socialização das idosas. Conclui-se que, a hidroginástica, contribui de forma representativa para os aspectos psicológicos das idosas, nos fatores de humor e principalmente na socialização com outras praticantes, proporcionando qualidade de vida, onde podemos contribuir com a comunidade acadêmica e científica, porém, novos estudos são necessários para retificar nossos achados.

**Palavras-Chave:** Motivação, hidroginástica, idosas.