

Ângela Maria Pereira¹
Helena Santa-Clara²
Ernesto Pereira³
Sérgio Simões⁴
Índia Remédios⁵
João Cardoso⁶
José Brito⁷
Jan Cabri⁸
Bo Fernhall⁹

Impacto do exercício físico combinado na percepção do estado de saúde da pessoa com doença pulmonar obstrutiva crónica

Impact of combined exercise on chronic obstructive pulmonary patients' state of health

Recebido para publicação/received for publication: 15.06.09
Aceite para publicação/accepted for publication: 24.05.10

Resumo

Objectivo: O objectivo do estudo consistiu em avaliar a eficácia de um programa de treino combinado (exercícios aeróbios e exercícios de força muscular dinâmica) comparativamente com um programa de treino aeróbio, e de fisioterapia respiratória, ao nível do estado de saúde de indivíduos com DPOC, durante 10 semanas. **Métodos:** Cinquenta indivíduos com DPOC moderada e grave foram distribuídos aleatoriamente por dois grupos. Grupo CG (n=25) submetido a treino combinado, grupo AG (n=25)

Abstract

Aim: The aim of the study was to evaluate the effectiveness of a 10-week combined training programme (aerobic and strength exercise) compared to an aerobic training programme, and respiratory physiotherapy on COPD patients' health. **Methods:** Fifty subjects with moderate to severe COPD were randomly assigned to two groups. Combined group (CG, n=25) who underwent combined training, and aerobic group (AG, n=25) who underwent aerobic training. These were compared with fifty

¹ Faculdade de Motricidade Humana, Universidade Técnica de Lisboa e Hospital Garcia de Orta

² Faculdade de Motricidade Humana, Universidade Técnica de Lisboa

³ Hospital Garcia de Orta

⁴ Escola Superior de Saúde Egas Moniz

⁵ Directora do Serviço de Medicina Física e de Reabilitação do Hospital Garcia de Orta/Head, Physical Medicine and Rehabilitation Unit, Hospital Garcia de Orta

⁶ Hospital de Santa Marta

⁷ Fundação da Universidade de Lisboa

⁸ Faculdade de Motricidade Humana, Universidade Técnica de Lisboa

⁹ Universidade de Illinois Urbana-Champaign, EUA/University of Illinois Urbana-Champaign, USA

Correspondência/Correspondence to:

Ângela Maria Pereira

Telefone/Telephone: 968064277

e-mail: amcfap@gmail.com

submetido a treino aeróbio, os quais foram comparados com cinquenta indivíduos com DPOC, que realizaram exercícios de reeducação respiratória e técnicas de desobstrução brônquica, grupo FR (n=50). Foi avaliado o estado de saúde através de Questionário do Hospital St. George na Doença Respiratória (SGRQ) e do Questionário SF-36 no início da intervenção e 10 semanas após. **Resultados:** O grupo CG apresentou diferenças ($p < 0,0001$) nas taxas de modificação no estado de saúde relativamente, aos grupos AG e FR, nos domínios da actividade ($64 \pm 9\%$; $19 \pm 7\%$; $1 \pm 15\%$), impacto ($35 \pm 5\%$; $20 \pm 18\%$; $1 \pm 14\%$), e total ($41 \pm 9\%$; $26 \pm 17\%$; $1 \pm 15\%$), avaliados pelo SGRQ; e nas dimensões da função física ($109 \pm 74\%$; $22 \pm 12\%$; $0,1 \pm 18\%$), desempenho físico ($52 \pm 36\%$; $11 \pm 15\%$; $1,3 \pm 21\%$) e vitalidade ($83 \pm 39\%$; $14 \pm 38\%$) avaliadas pelo SF-36. **Conclusão:** Estes resultados sugerem que o treino combinado, em indivíduos com DPOC, parece ser um método mais eficaz, que promoveu alterações clinicamente significativas, com uma melhoria ao nível da percepção do estado de saúde.

Rev Port Pneumol 2010; XVI (5): 737-757

Palavras-chave: Doença pulmonar obstrutiva crónica, exercício aeróbio, exercício de força, fisioterapia respiratória, estado de saúde.

COPD subjects who underwent respiratory physiotherapy, breathing control and bronchial clearance techniques (RP group, n = 50). We evaluated health state through two questionnaires, St. George's Respiratory Questionnaire (SGRQ) and SF-36, at the beginning and at the end of the programme. **Results:** The CG group showed differences ($p < 0.0001$) in modification rates in state of health compared to the AG and RP groups in the activity ($64 \pm 9\%$, $19 \pm 7\%$, $1 \pm 15\%$), impact ($35 \pm 5\%$, $20 \pm 18\%$, $1 \pm 14\%$) and total ($41 \pm 9\%$, $26 \pm 17\%$, $1 \pm 15\%$) domains assessed by the SGRQ, and the physical function ($109 \pm 74\%$, $22 \pm 12\%$, $0.1 \pm 18\%$), physical role ($52 \pm 36\%$, $11 \pm 15\%$, $1.3 \pm 21\%$) and vitality ($83 \pm 39\%$, $14 \pm 38\%$) domains assessed by SF-36. **Conclusion:** These results suggest that combined training in subjects with COPD appears to be a more effective method, with better clinical changes, and improvements in health state perception.

Rev Port Pneumol 2010; XVI (5): 737-757

Keywords: Chronic obstructive pulmonary disease, respiratory physiotherapy, endurance exercise, strength exercise, health state.

Introdução

A Doença Pulmonar Obstrutiva Crónica (DPOC) é uma patologia de evolução lenta e progressiva, caracterizada por uma limitação ao fluxo aéreo não totalmente reversível, que pode afectar negativamente a qualidade de vida dos indivíduos, com limitações graves, muitas vezes, no desempenho das actividades diárias¹. Estas limitações relacionam-se

Introduction

Chronic obstructive pulmonary disease (COPD) is a progressive, insidious-onset pathology which is characterised by a limitation to the airflow that is not totally reversible. It can impact negatively on sufferers' quality of life and cause them severe limitations, very often in their performance of routine activities¹. These limitations are di-

Download English Version:

<https://daneshyari.com/en/article/4215163>

Download Persian Version:

<https://daneshyari.com/article/4215163>

[Daneshyari.com](https://daneshyari.com)