

ESTUDO COMPARATIVO DO PADRÃO RESPIRATÓRIO DE BAILARINAS E DE MULHERES QUE NÃO PRATICAM ATIVIDADE FÍSICA REGULAR

Clarissana Araujo Botaro¹, Karine do Vale Pontes¹, Paula Marroquim Senna¹, Farley Campos², Ave Regina de Azevedo Silva²

1 - Departamento do Curso de Fisioterapia - Universidade Católica de Petrópolis
Aureliano Coutinho, 110/401, CEP. 25.625-000 - Petrópolis - RJ - Karinepontes@terra.com.br

2 - Departamento da Clínica Escola de Fisioterapia - Universidade Católica de Petrópolis
Av. Presidente Kennedy, 784. CEP. 25.680-030 - Petrópolis - RJ - azeregina@openlink.com.br

Resumo: O objetivo desta pesquisa foi de analisar o padrão respiratório em bailarinas e compará-lo com mulheres que não praticam atividade física regular. A amostra foi composta de doze mulheres, na faixa etária de 16 a 27 anos de idade, divididas em dois grupos de seis, bailarinas e mulheres que não praticam atividade física. Foram realizadas na Clínica Escola da Universidade Católica de Petrópolis: entrevista, espirometria e cirtometria da caixa torácica. Como resultado da espirometria em bailarinas, 66,66% apresentaram valores normais, 16,67% padrão obstrutivo leve e 16,67% padrão misto leve, e não bailarinas, 83,33% apresentaram valores normais e 16,67% padrão misto leve; e da cirtometria, 66,66% bailarinas e 83,33% não bailarinas apresentaram padrão respiratório paradoxal. Conclui-se que ambos os grupos apresentaram alteração do padrão respiratório, sendo que a postura da bailarina ao dançar requer uma contração constante da musculatura abdominal e as não bailarinas alteram seu padrão por motivos estéticos ao adotarem uma postura com elevação da caixa torácica e contração da musculatura abdominal. Sugere-se que seja realizada com uma amostra maior.

Palavras-chave: Bailarinas, Atividade Física, Padrão Ventilatório
Área do Conhecimento: Ciências da Saúde

INTRODUÇÃO

O músculo mais importante da inspiração é o diafragma. Quando se contrai, o conteúdo abdominal é forçado para baixo e para frente e a dimensão vertical da cavidade torácica é aumentada. Além disso, as margens das costelas são levantadas e movidas para fora, causando um aumento no diâmetro transversal do tórax. Quando o diafragma está paralisado, ele se move para cima ao invés de para baixo com a inspiração, conhecido como movimento paradoxal [1]. Entre as formas de avaliação a Espirometria é a medida dos volumes pulmonares e dos fluxos gerados durante ciclos respiratórios basais ou forçados [2]. A comparação dos valores obtidos com os valores teóricos pode demonstrar alterações no conjunto, caracterizando os distúrbios ventilatórios, que são classificados como obstrutivos, restritivos e mistos [3]. Outra forma de avaliação é a Cirtometria que consiste na medição das circunferências torácicas realizadas nas fases

expiratória e inspiratória máximas; a diferença entre essas duas medidas fornece informações do grau de expansibilidade e de retração dos movimentos tóraco-abdominais [4]. Esta pesquisa teve como objetivo analisar o padrão respiratório em bailarinas e compará-lo com mulheres que não praticam atividade física.

METODOLOGIA

A amostra foi composta de 12 mulheres na faixa etária de 16 a 27 anos de idade, divididas em dois grupos de seis, bailarinas e mulheres que não praticam atividade física regular. Foi realizada uma Entrevista, Espirometria com aparelho Respiradyne II plus Pulmonary function / ventilation monitor e Cirtometria com fita métrica, realizada na Clínica Escola de Fisioterapia da Universidade Católica de Petrópolis. Para obtenção dos resultados foi realizada estatística descritiva.

RESULTADOS

Gráfico 1 – Faixa Etária

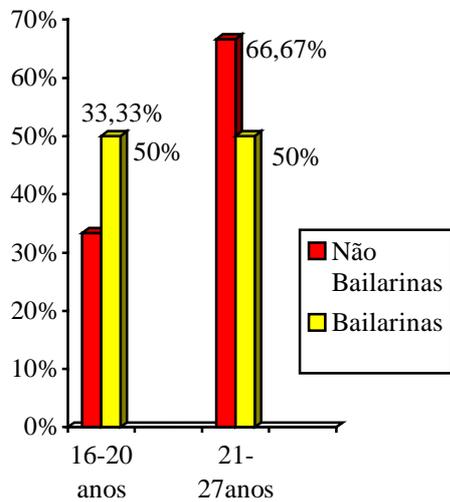


Gráfico 2 – Atividade Física

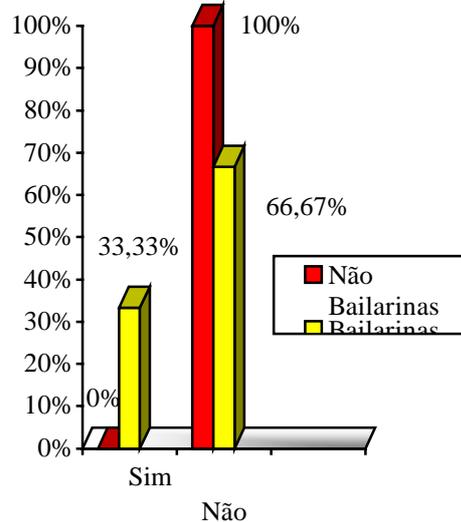


Gráfico 3 – Espirometria

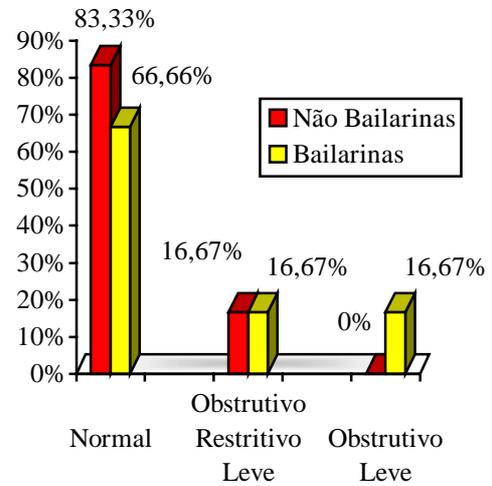
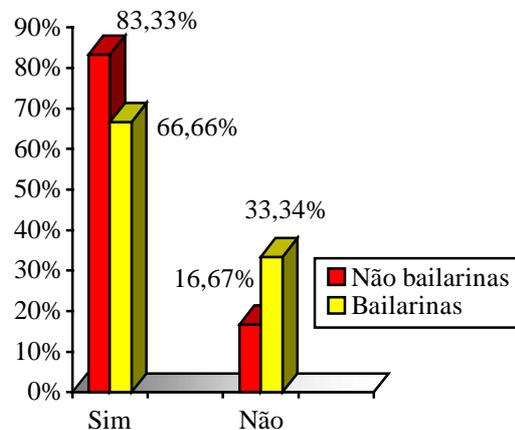


Gráfico 4 – Cirtometria – Padrão Respiratório Paradoxal



CONCLUSÃO

A partir deste estudo comparativo, pode-se concluir que, tanto bailarinas quanto as mulheres que não praticam atividade física regularmente, apresentam padrão respiratório paradoxal. No entanto, podemos concluir também que esta alteração se dá por causas distintas. A postura da bailarina ao dançar requer restrição do perímetro abdominal, uma vez que é necessária a contração constante da musculatura abdominal, para que a bailarina possa realizar com

leveza e segurança a sua dança. Este padrão ventilatório imposto acaba sendo adquirido na sua vida diária. Em contrapartida, a postura com elevação do tórax e contração da musculatura abdominal foram adquiridas pelas mulheres modernas por motivos estéticos. Muitas mulheres, incluindo as participantes deste estudo, se preocupam em não deixar a gordura localizada no abdome aparecer e, com isso, mantém uma contração abdominal constante, alterando assim, o seu padrão respiratório. Sugere-se que seja realizado com uma amostra maior.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- [1] WEST, J.B. Fisiologia Respiratória. 6ed. São Paulo: Manole, 2002.
- [2] LEMLE, A. Provas de Função Pulmonar na Prática Diária. Rio de Janeiro: Publicações Científicas, 1994.
- [3] DIAS et al. Testes de Função Respiratória. São Paulo: Atheneu, 2001.
- [4] COSTA, D. Fisioterapia Respiratória Básica. São Paulo: Atheneu, 1999.

