



**SEFIC2017  
UNILASALLE**

**A PESQUISA E O  
RESPEITO À DIVERSIDADE**

16 A 20 DE OUTUBRO DE 2017

ISSN 1983-6783

## **VELOCIDADE DE MARCHA DE 10 METROS ANTES E APÓS PROGRAMA DE FISIOTERAPIA CARDIORRESPIRATÓRIA.**

Carla Daitx Gonçalves, Fabricio Farias da Fontourar (orientador)  
Universidade La Salle

**Área Temática:** Ciências Médicas e da Saúde

**Resumo:** Conforme o aumento da idade existe redução da capacidade funcional, em pacientes portadores de Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica (DPOC) esta perda pode ser muito significativa principalmente para a realização de tarefas diárias simples como a marcha. A capacidade de caminhar e a velocidade de marcha está associada ao risco de queda e a mortalidade em algumas doenças como a DPOC. O teste de velocidade de marcha de 10 metros vem sendo utilizado com muito sucesso em populações idosas e frágeis, até mesmo em pacientes críticos na unidade de tratamento intensivo. A velocidade média de caminhada varia de 1,2 a 1,4 m/s, sendo que velocidades inferiores a 0,54 m/s estão associadas ao risco de quedas em idosos. Por ser uma avaliação simples e de fácil aplicabilidade na prática clínica o teste vem conquistando espaço como desfecho em várias doenças, tais como, mal de Parkinson, acidente vascular cerebral, demências e na população idosa em geral. **Objetivo:** Avaliar a velocidade da marcha antes e após um programa de exercícios físicos específicos para pacientes com DPOC. **Métodos:** Esse estudo caracteriza por ser do tipo transversal observacional retrospectivo, com pacientes oriundos do projeto de Doenças Crônicas não Transmissíveis, onde os mesmos realizavam um programa de fisioterapia cardiorrespiratória composto por, exercícios aeróbicos em bicicletas/esteiras com tempo médio de 20 min, cinesioterapia para reforço muscular periférico de membros superiores e inferiores, o período de tratamento foi durante 3 meses com frequência semanal de 2-3 vezes com duração de 1 hora. Foi utilizado dados do prontuário do paciente como os dados do teste de velocidade de marcha de 10 metros e dados demográficos. O teste de velocidade de marcha de 10 metros foi realizado com marcação de uma zona de aceleração 2 metros antes, e uma zona de desaceleração 2 metros após a zona dos 10 metros. **Resultado:** Foram incluídos dois indivíduos com DPOC, do sexo masculino com idade média de  $72 \pm 9$  anos. Os valores de velocidade de marcha dos pacientes foram de 1,77 m/s pré programa e 1,90 m/s pós programa. **Conclusão:** Os pacientes tiveram aumento na velocidade de marcha de 10 metros após um programa de fisioterapia cardiorrespiratória.

**Palavras-Chave:** Velocidade de Caminhada, DPOC