



**SEFIC2017
UNILASALLE**

**A PESQUISA E O
RESPEITO À DIVERSIDADE**

16 A 20 DE OUTUBRO DE 2017

ISSN 1983-6783

EFEITOS DO TREINAMENTO FÍSICO NO CONTROLE GLICÊMICO EM PACIENTES COM DIABETES TIPO 1: REVISÃO SISTEMÁTICA E META- ANÁLISE.

Jonathan da Silva Felisberto, Felipe Barreto Schuch (orientador)
Universidade Lasalle

Área Temática: Ciências Médicas e da Saúde

Resumo: O diabetes mellitus tipo 1 (DM1) é uma doença crônica ocasionada por diversos fatores genéticos e ambientais, desencadeando um processo destrutivo total ou parcial de células beta-pancreáticas, geralmente devido a reações e processos autoimune, acarretando na deficiência e capacidade progressiva na produção de insulina. Para o tratamento e controle glicêmico da doença, é imprescindível que pacientes com DM1 façam uso de insulina exógena como forma de tratamento farmacológico permanente, e também adotem hábitos saudáveis como melhor alimentação e prática regular de atividades físicas. O treinamento físico é utilizado nessa pesquisa como uma estratégia coadjuvante e não farmacológica para o tratamento de pessoas com DM1, tentando esclarecer os efeitos do exercício físico sobre a hemoglobina glicada (HbA1c) em pessoas com DM1. O presente trabalho tem como objetivo a avaliação sistemática dos efeitos do exercício físico nos níveis de HbA1c em pacientes com DM1, de diferentes faixas etárias, bem como, explorar o efeito de diferentes intensidades de exercício e avaliar potenciais fatores moderadores dessa relação. Métodos: Utilizou-se de uma revisão sistemática com meta-análise de ensaios clínicos randomizados e não aleatórios, publicados em lugares como PubMed, Embase, LILACS e Scielo. Três pesquisadores independentes que avaliaram os estudos e extraíram dados de HbA1c e outros fatores moderadores como intensidade e duração do exercício como forma de intervenção. Foram incluídos estudos com duração de exercícios variando de 10 a 24 semanas. Resultados: O treinamento de exercícios mostrou-se eficaz na diminuição significativa de HbA1c de crianças e adolescentes, todavia, na presente revisão, avaliando apenas ensaios clínicos randomizados, o exercício físico não parece promover reduções significativas de HbA1C em adultos. Estudos com maior tempo de duração e frequência semanal, foram os que obtiveram maiores reduções nos níveis de HbA1C. Conclusões: O exercício é capaz de reduzir os níveis de HbA1c, podendo ter um efeito positivo em crianças e adolescentes com DM1. Estudos com uso de intervenções mais longas promovem maiores reduções nos níveis de HbA1c e conseqüente melhoras nos níveis séricos da fisiopatologia insulínica. Também observa-se a importância e necessidade de estudos complementares e adicionais em adultos, que controlem os efeitos do exercício sobre o uso de insulina exógena em indivíduos com diagnóstico de DM1.

Palavras-Chave: Diabetes mellitus tipo 1, exercício físico, treinamento físico.