Fatores que influenciam a distância percorrida no teste de caminhada de seis minutos. 2008.

Resumo

O teste de caminhada de seis minutos (TC6') tem sido escolhido para avaliar o desempenho funcional por ser uma medida rápida, prática, de baixo custo e por refletir de maneira eficaz a capacidade para realização de atividades de vida diária. Acredita-se que a distância percorrida durante a caminhada em seis minutos (DC6') seja influenciada por diversos fatores, tais como: idade, peso, altura, gênero e índice de massa corporal (IMC), nível de condicionamento físico, motivação, aprendizado, entre outros. O objetivo do nosso estudo foi avaliar de que forma tais fatores influenciam na DC6' de indivíduos saudáveis de diferentes faixas etárias (20 a 60 anos). Foram avaliados 66 indivíduos (41 mulheres e 25 homens) saudáveis, sedentários, não etilistas e não tabagistas, instruídos a caminhar o mais rápido possível em um corredor de 30 metros. Foram encontradas diferenças significativas para as seguintes variáveis: idade (em anos) entre os grupos 1 (< 25) e 3 (> 35) e entre os grupos 2 (25 a 35) e 3 (> 35); altura (em cm) entre os grupos 1 (150 a 160) e 2 (161 a 170) e entre os grupos 1 (150 a 160) e 3 (> 171); e entre homens e mulheres. Nos resultados encontrados, as variáveisIMC e massa corporal não interferiram significativamente na distância caminhada. Concluiu-se que as variáveis que influenciam na DC6' de maneira significativa foram idade, gênero e altura, ao contrário do peso e IMC, cuja análise não apresentou significância estatística.

Palavras chave: teste de caminhada de seis minutos; capacidade funcional; fatores antropométricos; distância caminhada em seis minutos., exercícios respiratórios, qualidade de vida.