Efeitos da imersão nos sistemas cardiovascular e respiratório de idosos. 2008.

RIBEIRO, K. G.

Resumo

O envelhecimento populacional é um fenômeno mundial, ou seja, o número de pessoas idosas cresce mais que de outras faixas etárias. As mudanças que ocorrem com o envelhecimento são
mais pronunciadas a partir da 3ª década de vida, e atingem todos os sistemas do organismo, incluindo os sistemas cardiovascular e respiratório. Com o objetivo de analisar a fisiologia da imersão em idosos sem complicações cardiorrespiratórias, foram avaliadas variáveis cardiovasculares (pressão arterial e freqüência cardíaca) e respiratórias (pressão inspiratória máxima e pressão expiratória máxima) de seis indivíduos acima de 60. As medidas ocorreram dentro e fora da piscina terapêutica, em água termoneutra (35,2 ºC) na altura da sétima vértebra cervical. A freqüência cardíaca sofreu alterações de forma pouco homogênea entre os participantes, ao contrário das pressões arteriais sistólicas e diastólicas, que aumentaram ou se mantiveram após imersão. Paralelamente, as pressões respiratórias máximas também se alteraram diferentemente entre os voluntários. Diante do aumento da demanda do atendimento do idoso na piscina é importante conhecer as particularidades desse grupo etário, sendo necessários novos estudos para se prescrever atividades em ambiente aquático.

Palavras chave: Fisiologia da imersão, idosos, sistema cardiorrespiratório.