

INTRODUÇÃO: Programas que incluem atividade física têm se mostrado eficazes em pacientes com doenças respiratórias crônicas, pois os mesmos apresentam menor tolerância ao exercício que se deve principalmente aos sintomas respiratórios. A eficácia é devido à melhora da capacidade aeróbia, da força física e da função pulmonar, trazendo assim uma melhora na qualidade de vida destes pacientes.

METODOLOGIA: Crianças e adolescentes com diagnóstico de pneumopatia crônica em acompanhamento no ambulatório de pneumologia do Hospital da Criança Santo Antônio foram convidados a participar de um programa de 24 atendimentos compostos por alongamentos, treinamento aeróbio em esteira ergométrica, muscular inspiratório com THRESHOLD® e periférico com pesos livres. Realizaram espirometria, manovacuometria, Teste de Caminhada de 6 minutos e teste de 1RM no início e no final do programa. Pacientes com indicação para realizar o programa, mas sem condições de deslocamento até o hospital, formaram o grupo controle. **ANÁLISE ESTATÍSTICA:** Verificou-se a normalidade das variáveis na amostra e para as variáveis independentes entre grupos foi utilizado o teste *t de student* independente e o teste *t* pareado para comparação intragrupos. Foi considerado estatisticamente significativo α 5%.

RESULTADOS A amostra foi composta por 35 pacientes sendo 15 para o grupo de treinamento (GT) e 20 para o grupo controle (GC). A média de idade dos pacientes foi de $11,02 \pm 3,44$ anos. A maioria, 24 (66,7%) apresentava diagnóstico de bronquiolite obliterante, e os demais de fibrose cística, bronquiectasias decorrentes de imunodeficiência congênita e asma severa. Uma paciente do (GT) não concluiu, pois mudou-se de cidade e 2 (GC) não retornaram para reavaliação após 3 meses. Não houve diferença significativa na comparação das variáveis entre os grupos na linha de base. (Tabela 1). Na comparação das variáveis intragrupos, o (GT) aumentou significativamente a P_{Imáx} ($<0,001$) e a distância percorrida no TC6' ($p=0,001$). No grupo controle não houve significância nas variáveis (Figura 1). Na comparação das variáveis entre os grupos, o (GT) apresentou P_{Imáx} significativamente maior que o (GC) ($p<0,001$) assim como na distância percorrida no TC6' ($p=0,007$).

CONCLUSÃO: Conclui-se que pneumopatas crônicos beneficiam-se treinamento físico. Após treinamento, apresentaram melhora na tolerância ao exercício e força muscular respiratória também quando comparados ao grupo controle. Considerando que estas variáveis são preditoras de mortalidade nesta população, comprova-se a eficácia do programa.