

138

EFEITO DO EXERCÍCIO FÍSICO SOBRE OS NÍVEIS DE PRESSÃO ARTERIAL DE GESTANTES COM SOBREPESO. Michelle Lavinsky, Vidal Guerreiro, Cristiane K. Flores, Cristina G. Pereira, Locimara Kroeff, Maria L. R. Oppermann, José G. L. Ramos, Flávio D. Fuchs, Bruce B. Duncan, Sandra C. Fuchs, Maria I. Schmidt (Departamentos de Medicina Social, Ginecologia e Obstetrícia e Medicina Interna, Faculdade de Medicina,

UFRGS).

Introdução: O presumível efeito anti-hipertensivo do exercício foi anteriormente sugerido em ensaio clínico com gestantes hipertensas, mas desconhece-se seu efeito em gestantes não-hipertensas com sobrepeso. **Objetivo:** Avaliar o efeito do exercício físico sobre a pressão arterial de gestantes com sobrepeso. **Material e Métodos:** Estudaram-se 42 gestantes participantes de um ensaio clínico que avalia os efeitos do exercício físico na gestação. No arrolamento, elas tinham índice de massa corporal (IMC) pré-gravídico de 25-30 kg/m², idade gestacional < 20 semanas e história negativa de diabetes pré-gestacional. Foram randomizadas para realizar programa de atividade física regular com 3 sessões semanais (trabalho aeróbico, entre 50 e 70% da FC máxima, até 140 bpm) ou para receber orientação convencional sobre atividade física e participação em sessão semanal de alongamento. Para esta comunicação, analisaram-se as pressões arteriais aferidas no arrolamento e em três seguimentos, com 9,3; 36,3 e 62,2 dias em média. **Resultados:** A tabela mostra que os grupos intervenção e controle tinham pressão arterial semelhante no arrolamento e não diferiram significativamente no seguimento (F = 0,68; P = 0,61 em ANOVA para medidas repetidas e múltiplos fatores). **Conclusão:** Nesta análise preliminar, não houve efeito do exercício sobre a pressão arterial. (CNPq)

Pressão arterial por grupo	Arrolamento PA média (DP)	PA média (DP) no seguimento		
		1 ^v	2 ^v	3 ^v
Sistólica				
Intervenção (n=20)	112,1 (± 11,1)	125,9 (± 16,1)	110,5 (± 11,8)	110,5 (± 10,3)
Controle (n=22)	113,1 (± 10,1)	129,8 (± 15,7)	116,1 (± 15,6)	118,4 (± 16,2)
Diastólica				
Intervenção (n=20)	89,5 (± 10,3)	80,2 (± 15,9)	66,1 (± 10,6)	68,2 (± 9,0)
Controle (n=22)	90,7 (± 9,0)	82,3 (± 13,0)	72,7 (± 8,4)	72,5 (± 8,8)