

EFEITOS DO TREINAMENTO INTERVALADO DE ALTA INTENSIDADE NA FUNÇÃO Y CUSTO FISIOLÓGICO NA MARCHA EM AMPUTADOS

Bevacqua N.¹, Intelangelo L.¹

¹Unidade de Investigación Musculoesquelética (UIM) – Centro Universitario de Asistencia, Docencia e Investigación (CUADI) – Universidade do Gran Rosario (UGR), Rosario, Argentina
e-mail: nbevacqua@iurg.edu.ar

INTRODUÇÃO

A elevação do custo energético na marcha é a maior limitação nos pacientes amputados dos membros inferiores (AMI). Consequentemente muitos pacientes acabam no sedentarismo, aumentando suas limitações físicas e sociais e não utilizando sua prótese. Atualmente vários protocolos de treinamento cardiovascular foram utilizados para melhorar a qualidade de vida, reduzir o custo energético e aumentar a desempenho físico em AMI. [1,2]

Até hoje, não foi implementado um treinamento intervalado de alta intensidade (HIIT) nos pacientes com AMI. Nosso objetivo foi avaliar o impacto de um HIIT no custo fisiológico da marcha (Physiological Cost Index – PCI -) e na função (Amputee Mobility Predictor – AMP-).



Figura 1.

METODOLOGIA

Realizou-se uma serie de 8 homens (7 transfemorales e 1 transtibial unilateral, 18 e 90 anos), com e sem prótese e involucrados ou não num programa de reabilitação. Duas avaliações: primeira e última sessão.

Variáveis – Teste de caminhada de 6 minutos (TC6m), PCI e a AMP.

Protocolo TABATA (HIIT) – 12 sessões, 2 por semana: 4 minutos cada sessão, 6 a 8 séries de 20 segundos de máxima intensidade por 10 segundos de descanso (Figura 1).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados são apresentados na tabela 1. Este é o primeiro estudo que investigou os efeitos de um protocolo TABATA sobre o custo fisiológico na marcha e a função em pacientes com AMI.

As vantagens são o escasso tempo e baixo custo de implementação. Se sugerem sua incorporação dentro da sessão de reabilitação.

Tabela 1. Resultados da comparação (* Diferencia estatisticamente significativa $p < 0,05$)

Variável	Inicial (meia)	Final (meia)
PCI (lat/mts)	1,03	0,31*
AMP	30	33,38*
TM6m (mts)	181,19	207,95*

CONCLUSÃO

O protocolo TABATA melhorou significativamente o PCI na marcha e isso se correlacionou com a função dos pacientes analisados.

REFERÊNCIAS

1. Fortington L, Dijkstra P, Bosmans J, Post W, Geertzen J. Change in health-quality of life in the first 18 months after lower limb amputation: a prospective, longitudinal study. *J Rehabil Med.* 2013;45(6):587-94.
2. Czerniecki J, Morgenroth D. Metabolic energy expenditure of ambulation in lower extremity amputation: what have we learned and what are the next steps?. *Disabil Rehabil.* 2017;39(2):143-151.