

TREINAMENTO FÍSICO NA DESINTOXICAÇÃO DE COCAÍNA E CRACK: ANÁLISE DAS VARIÁVEIS CLÍNICAS.

Mayara Larissa O. Rodrigues¹

Patrícia Paiva Maia¹

Josiane Moitinho Araújo¹

Fabiano Leichsenring-Silva²

O uso de drogas envolve diversos agravantes que vão muito além da saúde dos usuários. Em contrapartida se sabe dos benefícios do exercício físico e da necessidade de evidências sobre esses assuntos relacionados. O objetivo do estudo foi analisar as variáveis hemodinâmicas e qualidade de vida em adictos de cocaína e crack ingressantes em um programa de desintoxicação submetidos a um programa de treinamento físico com vistas a propor uma potencial abordagem no tratamento desses indivíduos. O trabalho foi realizado entre março e junho de 2008 tendo iniciado com 12 indivíduos do sexo masculino, com idades entre 18 e 35 anos, previamente sedentários. Os participantes foram submetidos a avaliação clínica realizado por um médico, exames bioquímicos, teste ergométrico e responderam a um questionário de qualidade de vida (WHOQOL-BREF). O protocolo de treinamento físico foi estabelecido individualmente com base no teste ergométrico de forma a ter tempo e intensidade gradual com meta final estabelecida de 85% da Frequência cardíaca máxima (FCmax) (aproximadamente 80% do VO₂max.). A duração do protocolo foi de 7 semanas de treinamento. Para os exames laboratoriais realizados (CPK, TGO, TGP, glicose, HMT, leucograma e plaquetas) não encontramos diferença significativa entre as análises feitas antes e depois do treinamento físico. Com relação à análise da resposta hemodinâmica pudemos observar aumento significativo da FCmax ($p < 0,01$) a partir da terceira semana de treinamento, dado que corrobora com o resultado obtido no teste ergométrico que apresentou discreta melhora após o período de treinamento. Na qualidade de vida pudemos observar melhora de 14% na relação de bem-estar psicológico. A partir desses resultados concluímos que a intensidade e tempo de intervenção não foram suficientes para gerar modificações metabólicas hepáticas e sanguínea, no entanto observamos uma adaptação inicial do sistema cardiovascular bem como incremento na qualidade de vida no aspecto psicológico.

Palavras Chave: Exercício físico, Crack, Variáveis Clínicas.

1 Estudante de graduação da Faculdade Adventista de Fisioterapia – FAFIS.

2 Professor das Faculdades Adventistas da Bahia, Doutorando em Fisiologia pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul – UFRGS.