

# BENEFÍCIOS DE UM PROGRAMA DE EXERCÍCIOS RESISTIDOS EM PACIENTES COM INSUFICIÊNCIA RENAL CRÔNICA

Débora Paula Bevilaqua, Fernanda Dal'Maso Camera

## Resumo

A insuficiência renal crônica é uma diminuição lenta e progressiva da taxa de filtração glomerular e da função tubular sendo o resultado da perda irreversível de grande número de néfrons funcionais. Este estudo teve como objetivo investigar os benefícios de um programa de exercícios resistidos em pacientes renais crônicos que realizam hemodiálise. A amostra foi composta por oito pacientes com doença renal crônica que foram submetidos a um protocolo de exercícios resistidos. 2x/semana por dois meses. A análise estatística foi realizada por meio da utilização do Teste de Wilcoxon não paramétrico. Observou-se que 87,5% da amostra foi composta por homens com média de idade de 53,12 anos. Em relação a qualidade de vida, observou uma melhora significativa no estado geral de saúde, seguido por capacidade funcional sendo ( $p = 0,01$ ) e ( $0,02$ ) pós reabilitação fisioterapêutica. Na avaliação da força muscular dos membros inferiores, observou um aumento significativo ( $p = 0,01$ ), da mesma forma, na flexibilidade ( $p=0,02$ ) dos pacientes. Na perimetria não verificou-se valores significativos pós reabilitação. Em relação ao perfil bioquímico observou-se uma melhora na ureia pós protocolo de exercícios resistidos. **Conclusão:** concluiu-se que os pacientes renais crônicos que realizam hemodiálise apresentaram melhora da força muscular nos membros inferiores após realização de protocolo fisioterapêutico.

**Palavras-chave:** insuficiência renal crônica- exercícios resistidos; fisioterapia, hemodiálise.