



ANÁLISE DO CONTROLE AUTÔNOMICO SOBRE A FREQUÊNCIA CARDÍACA, PRESSÃO ARTERIAL E SATURAÇÃO PERIFÉRICA DE OXIGÊNIO DURANTE O EXERCÍCIO FÍSICO – RELATO DE EXPERIÊNCIA

SEVERO CONOPCA JUNIOR; MARIA LUIZA FACHETTI SURLO

INTRODUÇÃO - Os ajustes imediatos no organismo em resposta ao exercício físico são realizados pelo sistema nervoso autônomo, que tem a habilidade de promover um rápido controle circulatório frente a certos desafios diários, que geram instabilidade hemodinâmica. Tais mudanças são componentes resultantes de uma resposta autonômica padrão, elaborada em largas porções do sistema nervoso central. Este relato de experiência versa sobre aula prática realizada com os acadêmicos do 7º período de Fisioterapia do UNESC em 31 de maio de 2022, no campo de futebol da instituição, pertencente ao conteúdo programático da disciplina de Fisioterapia Cardiológica I, sob a supervisão do professor orientador. **OBJETIVO** - O objetivo foi analisar o controle autonômico sobre o sistema cardiorrespiratório durante a prática do exercício físico. **METODOLOGIA** - A amostra foi composta por 40 alunos que foram divididos em 05 grupos de 08 integrantes. Antes do início da atividade, foram mensuradas a pressão arterial, frequência cardíaca e a saturação periférica de oxigênio. O circuito elaborado possuiu duração de sete minutos, sendo os dois minutos iniciais de aquecimento com corrida ao redor campo; posteriormente foram realizados exercícios aeróbicos, de agilidade, potência, de contrações isométricas e isotônicas, com duração de um minuto cada. As variáveis selecionadas voltaram a ser mensuradas imediatamente após o término do circuito. **RESULTADOS** - O aumento da pressão arterial sistólica foi observado em 92% dos alunos, enquanto a pressão diastólica reduziu ou manteve-se estável em 71% da amostra. A saturação de oxigênio não apresentou mudanças significativas com relação aos valores obtidos antes do exercício. **CONCLUSÃO** - As alterações verificadas imediatamente após o exercício, evidenciaram a ação instantânea do sistema nervoso simpático, possibilitando a observação da regulação autonômica no controle das funções cardiorrespiratórias. Ressalta-se a importância de atividades acadêmicas que promovam associação da teoria com a prática de ensino.

Palavras-chave: Fisioterapia, Aula, Ajustes, Sistema cardiorrespiratório, Sistema nervoso.