

Medicina

## **RELAÇÃO DA PRESSÃO ARTERIAL COM ATIVIDADE FÍSICA DURANTE O PERÍODO GESTACIONAL**

João Gabriel Guimarães Silva - 5º módulo de Medicina, UFLA, Iniciação Científica Voluntária (PIVIC).

Thayná Letícia de Almeida Sousa - Coordenadora, PPGSA/DME- UFLA

Camila Souza de Oliveira Guimarães - Orientadora, DME - UFLA [camilaguimaraes@ufla.br](mailto:camilaguimaraes@ufla.br) - Orientador(a)

### **Resumo**

A gestação é um período de intensas mudanças no organismo feminino, com destaque para as adaptações cardiovasculares, que resultam em aumento do débito cardíaco e redução da resistência vascular periférica. Algumas mulheres desenvolvem Distúrbios Hipertensivos Gestacionais (DHG), uma importante causa de morbidade e mortalidade materna e neonatal. Os DHG incluem hipertensão crônica, Hipertensão Gestacional, pré-eclâmpsia e eclâmpsia. A Atividade Física (AF) é vista como uma estratégia para prevenir e controlar essas condições. Já a inatividade física aumenta o risco de complicações obstétricas. Este estudo teve como objetivo investigar a relação entre a prática de AF e a Pressão Arterial (PA) em gestantes de Lavras-MG. O estudo envolveu gestantes recrutadas em consultórios públicos e particulares, que responderam a questionários sobre hábitos de vida e tiveram os valores de PA (sistólica e diastólica) coletados do cartão da gestante. O teste t-independente foi utilizado para comparar as médias da PA entre o grupo que praticava atividade física e o que não praticava. A análise estatística foi realizada no software IBM Statistics versão 20.0. A pesquisa contou com a participação de 89 gestantes. A maioria era casada, tinha ensino médio completo, emprego autônomo, e utilizava o SUS para acompanhamento pré-natal. Os resultados mostraram que 36,8% das gestantes praticavam alguma forma de AF durante a gestação. A PA estava dentro da normalidade em 95,3% delas, e elevada em 4,7%. Não houve diferença significativa nos valores de PA em relação à prática de AF ( $p > 0.05$ ). Os achados revelam uma baixa porcentagem de gestantes praticantes de AF. Embora não tenha sido encontrada relação significativa entre os valores de PA e a prática de AF entre as gestantes avaliadas, que em sua maioria eram normotensas, a AF durante a gestação é reconhecida por seus benefícios, incluindo a redução do risco de DG, controle do ganho de peso e melhora da saúde mental. Portanto, a prática de AF de forma segura e adequada continua sendo uma recomendação válida para esse grupo, e deve ser incentivada durante a gestação.

Palavras-Chave: GESTAÇÃO, HIPERTENSÃO, ATIVIDADE FÍSICA.

Instituição de Fomento: UFLA

Link do pitch: [https://youtu.be/\\_YmZCUjnRaM](https://youtu.be/_YmZCUjnRaM)