

CAPITULO I

INTRODUÇÃO

O presente estudo insere-se no âmbito do Seminário, disciplina integrada no 4º ano da Licenciatura do Curso de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, realizado no ano lectivo de 2004/2005.

O envelhecimento da população é um dos maiores triunfos da humanidade, sendo igualmente um dos seus maiores desafios. Fazendo parte do século XXI, o envelhecimento global trará um aumento das exigências a nível económico e social em todos os países.

O processo de envelhecimento começa desde o momento da concepção, sendo então a velhice definida como um processo dinâmico e progressivo onde há modificações tanto morfológicas como funcionais, bioquímicas e psicológicas que determinam a progressiva perda da capacidade de adaptação do individuo ao meio ambiente, ocasionando maior vulnerabilidade e maior incidência de processos patológicos que culminam na morte (Meirelles, 1997). Neste trabalho abordaremos, em particular, as capacidades físicas mais elementares, como sejam a resistência nas suas várias vertentes, a força, a flexibilidade, a velocidade, o equilíbrio e a coordenação. Todas estas variáveis serão relacionadas com a pressão arterial, glicemia e colesterol, possíveis indicadores do risco cardiovascular global.

Laires (1997) refere que no que diz respeito aos indivíduos da terceira idade, estes indicadores são ainda mais sobrevalorizados uma vez que, com o avançar da idade, o Colesterol Total, o LDL, os Triglicéridos e a Glicose aumentam na corrente sanguínea e o HDL baixa (Laires, 1997).

Procuramos, assim, trabalhar numa área na qual existe ainda pouca influência de um ramo – Ciências do Desporto e Educação Física – que permita melhorar nos idosos a qualidade de vida, utilizando melhor as capacidades condicionais que preservam e favorecem a autonomia do individuo. Constituindo-se o estudo médico do envelhecimento muito recente (Ladislav, 1995) e caracterizando-se a literatura específica da área por ser ainda muito reduzida, este trabalho impõe-se como pertinente ao desenvolvimento da área e das carências evidentes que se reportam à bibliografia sobre a terceira idade e indicadores plasmáticos, sendo a tentativa de obter mais

informação acerca dos meios eficazes ao combate das diferentes doenças que afligem esta população.

Assume-se como principal objectivo do estudo, verificar se existe uma relação significativa entre o risco cardiovascular global e a condição física funcional. Poderemos também traçar objectivos secundários, como analisar se existe relação individual entre as várias componentes da condição física funcional e os riscos cardiovasculares global.

Podemos considerar como hipóteses gerais deste trabalho as seguintes proposições:

1H₀: Não existem associações estatisticamente significativas entre o risco cardiovascular global e a condição física funcional dos homens idosos.

1H₁: Existem associações estatisticamente significativas entre o risco cardiovascular global e a condição física funcional dos homens idosos.

1.1H₀: Não existem associações estatisticamente significativas entre o risco cardiovascular global e a condição física funcional dos homens idosos com idades compreendidas entre os 65 e os 74 anos.

1.1H₁: Existem associações estatisticamente significativas entre o risco cardiovascular global e a condição física funcional dos homens idosos com idades compreendidas entre os 65 e os 74 anos.

1.2H₀: Não existem associações estatisticamente significativas entre o risco cardiovascular global e a condição física funcional dos homens idosos com idades compreendidas entre os 74 e os 84 anos.

1.2H₁: Existem associações estatisticamente significativas entre o risco cardiovascular global e a condição física funcional dos homens idosos com idades compreendidas entre os 74 e os 84 anos.

1.3H₀: Não existem associações estatisticamente significativas entre o risco cardiovascular global e a condição física funcional dos homens idosos com idade igual ou superior a 85 anos.

1.3H₁: Existem associações estatisticamente significativas entre o risco cardiovascular global e a condição física funcional dos homens idosos com idade igual ou superior a 85 anos.

A partir das hipóteses gerais podemos considerar várias hipóteses secundárias:

2H₀: Não existem diferenças estatisticamente significativas entre os parâmetros da condição física funcional e a pressão arterial;

2H₁: Existem diferenças estatisticamente significativas entre os parâmetros da condição física funcional e a pressão arterial;

3H₀: Não existem diferenças estatisticamente significativas entre os parâmetros da condição física funcional e a glicémia;

3H₁: Existem diferenças estatisticamente significativas entre os parâmetros da condição física funcional e a glicémia;

4H₀: Não existem diferenças estatisticamente significativas entre os parâmetros da condição física funcional e o colesterol;

4H₁: Existem diferenças estatisticamente significativas entre os parâmetros da condição física funcional e o colesterol;

5H₀: Não existem diferenças estatisticamente significativas entre os grupos com circunferência da cintura menor ou igual que 100cm e maior que 100cm;

5H₁: Existem diferenças estatisticamente significativas entre os grupos com circunferência da cintura menor ou igual que 100cm e maior que 100cm;

6H₀: Não existem diferenças estatisticamente significativas entre o grupo que andou menos ou igual que 400 metros e o grupo que andou mais que 400 metros;

6H₁: Não existem diferenças estatisticamente significativas entre o grupo que andou menos ou igual que 400 metros e o grupo que andou mais que 400 metros;

O trabalho apresentado encontra-se organizado em seis capítulos:

- Capítulo I – Introdução – neste capítulo é composto pela apresentação do problema. Além disso, são também descritos os objectivos do trabalho, as hipóteses de investigação e a descrição da organização do trabalho;

- Capítulo II – Revisão da Literatura – este capítulo baseia-se numa recolha de informações teóricas que suportem o trabalho, sintetizando ainda outros estudos relacionados com esta temática;

- Capítulo III – Metodologia – neste capítulo são desenvolvidos a caracterização da amostra, a instrumentação utilizada, as variáveis em estudo e os procedimentos metodológicos.

- Capítulo IV – Apresentação e Discussão de Resultados – neste capítulo são desenvolvidos a apresentação dos resultados, as limitações do estudo e a discussão dos resultados obtidos, confrontando-os com a revisão bibliográfica;

- Capítulo V – Conclusão – neste capítulo recordam-se sucintamente os objectivos da pesquisa, recapitulam-se os principais resultados e são ainda propostas recomendações futuras nesta área temática;

- Capítulo VI – Referências Bibliográficas – neste capítulo constam todas as referências bibliográficas consultadas para a realização deste trabalho.

Por último, estão disponíveis os Anexos, elementos importantes para o desenvolvimento e realização do trabalho.