



## PERCEPÇÃO DE BENEFÍCIOS E BARREIRAS AO EXERCÍCIO FÍSICO EM UMA CLÍNICA DE HEMODIÁLISE DO SUL DO ESTADO DE SANTA CATARINA

Marceli Anzilio Martins <sup>1</sup>; Ana Lúcia Danielewicz <sup>1</sup>; Daiana Cristine Bundchen <sup>1</sup>.

<sup>1</sup> Departamento de Ciências da Saúde, Universidade Federal de Santa Catarina - Câmpus Araranguá – SC.

Palavras-Chave: *Compreensão; Treinamento Físico; Doença Renal Terminal.*

### INTRODUÇÃO

A combinação entre progressão da doença, tratamento hemodialítico e função física comprometida causa um impacto negativo na saúde dos indivíduos com doença renal crônica terminal. Apesar do exercício físico ser reconhecido como benéfico, o percentual de pacientes que aderem a esta prática é pequeno e as barreiras percebidas podem ser determinantes para a adesão ao exercício físico.

**Objetivo:** Investigar a percepção de benefícios e barreiras ao exercício em pacientes que fazem hemodiálise.

### MÉTODOS

Estudo observacional, transversal composto por uma amostra de conveniência, realizado com 50 pacientes submetidos a hemodiálise em Araranguá/SC. A média de idade foi de 56,7±13,9 anos, 50% homens. O instrumento utilizado foi o “Dialysis patient-perceived Exercise Benefits and Barriers Scale” (DPEBBS) traduzido e adaptado para a língua portuguesa. As análises descritivas foram apresentadas em frequências absolutas e relativas, com média±desvio padrão. Nas comparações das variáveis dicotômicas foi utilizado teste t student e politômicas teste ANOVA

one way. Os benefícios e as barreiras foram comparados com sexo, idade, escolaridade, causa da doença, comorbidades, tempo de hemodiálise, tipo de acesso, atividade física autorrelatada e condição socioeconômica. Foi considerado  $p \leq 0,05$ .

### RESULTADOS

Os pacientes concordaram que o exercício é benéfico para “prevenção da fraqueza muscular” (96%) e “perspectiva de uma vida mais otimista” (96%). Todos concordaram que o exercício melhora a qualidade de vida. Em relação às barreiras, “cansaço” (66%) e “fraqueza muscular de membros inferiores” (62%) foram as mais pontuadas. Foi observado relação de maior percepção de benefícios com indivíduos mais jovens ( $p=0,005$ ) e maior percepção de barreiras em mulheres ( $p=0,041$ ). Para as demais variáveis não houve resultados significativos.

### CONCLUSÃO

Os pacientes investigados reconheceram os benefícios da prática do exercício físico. Barreiras relacionadas a aspectos físicos foram as mais pontuadas. Os indivíduos mais jovens apresentaram maior percepção para benefícios e indivíduos do sexo feminino maior percepção para barreiras.