

**Título: Estudo transversal do nível de qualidade de vida relacionada à prática de exercício físico em portadores de osteoartrite na cidade do Rio de Janeiro**

**Autor(es)** Patrick Ferreira da Rocha; Erica Rey Goulart Curty; Alex Almeida Martins; Mariana Bicalho Matos Najar; Rafael Augusto Dantas Prinz\*

**E-mail para contato:** rafprinz@gmail.com

**IES:** UNESA

**Palavra(s) Chave(s):** Osteoartrite; Qualidade de Vida; Atividade Física

### **RESUMO**

Foi realizado estudo transversal entre setembro e outubro com 301 transeuntes, escolhidos aleatoriamente em diversas vias públicas na cidade do Rio de Janeiro, divididos em suas quatro regiões (zonas sul, oeste, norte e centro). O questionário aplicado foi confeccionado tendo como base os questionários: Short Form-36 (SF-36)<sup>6</sup> e Western Ontario and McMaster Universities Osteoarthritis Index (WOMAC)<sup>7</sup>. Continua vinte e três perguntas estruturadas sobre os aspectos clínicos da doença, prática de atividade física e qualidade de vida dos entrevistados, além de também abranger questões como sexo, idade e raça. Como critérios de inclusão no estudo foram considerados indivíduos com mais de 50 anos que possuíam OA diagnosticada por um médico ou que apresentavam ao menos dois aspectos clínicos referenciados nos critérios do American College of Rheumatology (dor articular, rigidez matinal por mais de trinta minutos e aumento ou deformidade nas articulações). Os grupos entrevistados foram classificados como praticantes ou não praticantes de atividades físicas, através de critérios estabelecidos pelo American College of Rheumatology. Os dados obtidos foram compilados, analisados estatisticamente por meio de teste Qui-quadrado de tendência, com intervalo de confiança <95%, e gerados gráficos para apresentação de resultados através do programa GraphPad Prism versão 6.00 para Windows® (análise estatística e gráficos). **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** NÓBREGA, ACL et al, em 1999, evidenciou que a combinação de treinamento de equilíbrio, caminhadas e exercícios de força é benéfica em pacientes acima de 50 anos. Em nosso estudo, encontramos que somente 10,00% dos portadores de OA realizam estas atividades concomitantemente, o que pode estar relacionado a piora na percepção de estado de saúde por nós observada. NETO, EMF; QUELUZ, TT & FREIRE, BFA, em 2011, um estudo com 100 portadores de OA, relacionou a redução da atividade física com a piora da qualidade de vida. Nossos resultados corroboram a relação mencionada, uma vez que dentre os portadores de OA praticantes de atividade física regular, 66,67% afirmaram melhora na percepção de sua saúde, enquanto o mesmo ocorreu em apenas 19,28% do grupo sedentário. CREAMER, P; LETHBRIDGE-CEJKU, M; HOCHBERG, MC, em 1999, ao analisarem 69 portadores de OA no joelho, definiram a OA nesta articulação como a maior causa de disfunções na terceira idade. Nosso estudo evidenciou a articulação do joelho como a mais afetada, o que pode estar correlacionado a dificuldade evidenciada na realização de tarefas cotidianas em geral. A realização ou não de atividade física foi o que influenciou significativamente o grau de disfunção encontrada, quando não praticantes de exercícios físicos relataram dificuldade mais frequentes na realização de tarefas como andar, abaixar-se, vestir-se e em atividades domésticas. Conclue-se que atividade física é um importante arsenal na melhora da qualidade de vida em pessoas com AO na cidade do Rio de Janeiro.