



ASMA X ATIVIDADE FÍSICA: A VISÃO DO ASMÁTICO, MÉDICO E EDUCADOR FÍSICO

Lucas Souza Lima
Jorge Marcio Tsingas
Gilson Brun (Orientador)

Resumo

A asma é classificada como uma doença respiratória crônica, ou seja, ocorre uma obstrução nas vias aéreas, na qual o portador sofre com a falta de ar ocasionando dificuldades ao respirar. Caracterizada por limitação ao fluxo aéreo. Seus sintomas são desencadeados, principalmente, por exposição das vias aéreas a fatores alergênicos ou irritantes, sendo que afeta a vida de milhões de pessoas, dificultando a passagem do ar ate os alvéolos, atingindo todas as classes econômicas, todas as idades e sexos. Na atualidade, essa doença vem atingindo entre 200 e 300 milhões de pessoas ao redor do mundo, sendo que no Brasil a estimativa é de 6,4 milhões. A asma é uma doença que não tem cura, entretanto pode ser controlada através de tratamentos que podem ser consideravelmente uma melhoria de qualidade de vida dos indivíduos portadores do mesmo, sendo utilizados vários métodos através de medicamentos, fisioterapia (exercícios respiratórios) e a prática de atividades físicas. Quando ao iniciar esses tratamentos, tem por objetivo manter o controle dos sintomas, a diminuição das crises pulmonares e a diminuição dos efeitos adversos da medicação, retomando as suas práticas da vida diária e a prática de exercícios. Tendo o conhecimento da importância da prática da atividade física e o crescimento dessa patologia na população mundial, para que melhor possamos entender e conscientizar os profissionais da nossa área acadêmica sobre essa doença. A partir deste ponto levanta-se uma questão qual a relação da atividade física com a asma? Tendo por objetivo investigar a relação da atividade física com a asma a partir do ponto de vista de 3 públicos alvos: asmáticos, educadores físicos e médicos. Descrevendo quais atividades físicas esse público mais busca, comparando quais tipos de exercícios físicos o asmático tem maior adaptação. Orientando também a importância das atividades físicas e o quanto o asmático tem melhorias em sua qualidade de vida através dessas práticas. Iremos realizar uma pesquisa de campo, utilizando o método quantitativo, exploratório e de campo, através de um questionário com perguntas direcionadas para três públicos distintos, sendo 10 perguntas abertas e fechadas para o público asmático, 4 perguntas abertas e fechadas para os médicos especializados e 7 para o educador físico, com visitas em clubes esportivos, academias, clínicas especializadas em pneumologia, onde através desses questionário investigaremos perfil dos portadores da asma e o quanto é importante a prática de atividades físicas para a qualidade de vida e tratamento dos portadores da asma. Dessa forma serão analisados todos os questionários que serão aplicados para esse público e serão apresentadas tabelas demonstrativas dos resultados.

Palavras-chave: Asma; Atividade Física; Exercícios.