

UNIVERSIDADE FEDERAL DE GOIÁS
CAMPUS JATAÍ
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

O CONHECIMENTO DOS PROFESSORES DAS ACADEMIAS DE JATAÍ
SOBRE ATIVIDADE FÍSICA PARA HIPERTENSOS

ALEXANDRE ABREU ANDRADE
PROF: MARCOS GONÇALVES DE SANTANA

RESUMO

O objetivo desse estudo foi verificar o conhecimento dos instrutores das academias de Jataí – GO, sobre hipertensão arterial sistêmica (HAS) e prescrição de exercícios, a fim de investigar se estes profissionais estão aptos a acompanhar os portadores de hipertensão arterial em programas de exercícios físicos. Esse trabalho teve a participação de 30 instrutores, com idade entre 19 a 42 anos, os quais foram escolhidos aleatoriamente em 10 academias da cidade. Nesse estudo, foi realizado a aplicação de um questionário com perguntas abertas e fechadas para que fossem testados seus conhecimentos e se possuem interesse e/ou preocupação de adquirir conhecimentos sobre hipertensão arterial sistêmica. Cerca de 93% dos instrutores não realizam as aferições de pressão arterial dos alunos antes e após as atividades. Apenas 13% dos professores sabem os valores que classificam um indivíduo com hipertensão arterial. Os alunos das academias de Jataí não realizam exames clínicos e cardiológicos como fatores de prevenção. No que se refere a prescrição de exercícios 83% consideram adequados exercícios com duração entre 30 e 60 minutos. Em relação a intensidade apenas 3% recomendariam uma intensidade que não trás efeitos benéficos aos alunos. Assim, pode-se concluir que a maioria dos professores de Jataí não tem um bom conhecimento sobre hipertensão arterial, mas do ponto de vista prático tem prescrito os exercícios físicos com intensidades e volumes adequados para o tratamento desta patologia.