

CLÁUDIA LÚCIA DE MORAES FORJAZ

### 1) AVALIAÇÃO DE RISCO CARDIOVASCULAR E DA PRÁTICA DE EXERCÍCIOS DOS FREQUENTADORES DE LOCAIS PÚBLICOS

**Linha de Pesquisa:** ESTUDOS BIOMECANICOS FISIOLÓGICOS E BIOMOLECULARES NA EDUCAÇÃO FÍSICA E ESPORTE

**Área de Concentração:** ESTUDOS BIODINÂMICOS DA EDUCAÇÃO FÍSICA E ESPORTE

Descrição do Projeto: As doenças cardiovasculares são a maior causa de morte em nosso país e no mundo. A prática regular e adequada de exercícios físicos auxilia na prevenção primária e secundária dessas doenças. Por este motivo, muitas pessoas são incentivadas a se tornarem mais ativas e procuram locais públicos para esta prática. No entanto, muitas dessas pessoas possuem elevado risco cardiovascular e fazem uma atividade sem orientação, o que eleva o risco imediato durante a execução. Por outro lado, intervenções populacionais com a prescrição e supervisão à distância da prática adequada de atividade física em locais públicos podem promover grandes benefícios cardiovasculares. Dessa forma, esse projeto científico e de atuação em extensão, tem por objetivo avaliar, em usuários de locais públicos, o risco cardiovascular e a atividade física praticada, bem como avaliar o efeito da orientação com supervisão à distância da prática sobre a prevenção cardiovascular desta população.

### 2) EFEITOS AGUDOS E CRÔNICOS DO EXERCÍCIO AERÓBICO NA FUNÇÃO E REGULAÇÃO CARDIOVASCULAR

**Linha de Pesquisa:** ESTUDOS BIOMECANICOS FISIOLÓGICOS E BIOMOLECULARES NA EDUCAÇÃO FÍSICA E ESPORTE

**Área de Concentração:** ESTUDOS BIODINÂMICOS DA EDUCAÇÃO FÍSICA E ESPORTE

Descrição do Projeto: O exercício aeróbico promove alterações agudas e crônicas na função cardiovascular. Diversos fatores podem influenciar as características e mecanismos responsáveis por estas alterações, o que precisa ser investigado. Assim, este estudo investigará os efeitos agudos (uma sessão) e crônicos (um período de treinamento) do exercício aeróbico sobre a função cardiovascular, investigando os mecanismos envolvidos nas respostas bem como os fatores de influência nestas respostas, avaliando estes aspectos em diferentes populações: saudáveis, normotensos, hipertensos, mulheres pós-menopausa, etc.

### 3) EFEITOS AGUDOS E CRÔNICOS DO EXERCÍCIO RESISTIDO NA FUNÇÃO E REGULAÇÃO CARDIOVASCULAR DE INDIVÍDUOS SAUDÁVEIS E COM DOENÇAS CRÔNICAS

**Linha de Pesquisa:** ESTUDOS BIOMECANICOS FISIOLÓGICOS E BIOMOLECULARES NA EDUCAÇÃO FÍSICA E ESPORTE

**Área de Concentração:** ESTUDOS BIODINÂMICOS DA EDUCAÇÃO FÍSICA E ESPORTE

Descrição do Projeto: O treinamento resistido é recomendado para melhorar a função musculoesquelética em diferentes populações como idosos saudáveis e sujeitos com hipertensão ou outras doenças. Entretanto, esses indivíduos apresentam disfunções cardiovasculares de modo que os efeitos agudos e crônicos deste tipo de exercício sobre a função e regulação cardiovasculares precisam ser investigados. Alguns estudos sugerem que, agudamente o exercício resistido hipotensão pós-exercício, levando à diminuição da sobrecarga cardiovascular. Porém, essa resposta não foi evidenciada em algumas populações e após alguns protocolos de exercício. Além disso, o uso de medicamentos pode afetar essa resposta e seus mecanismos ainda precisam ser conhecidos. Por outro lado, devido ao fato da pressão arterial se elevar muito durante o exercício de força, existe uma preocupação que esse tipo de treinamento, cronicamente, provoque prejuízo cardiovascular. Apesar das evidências atuais sugerirem o contrário, essa hipótese ainda precisa ser avaliada em diferentes populações. Assim, esse projeto investigará em diferentes populações os efeitos do treinamento resistido.