



**PERFIL DE ESTILO DE VIDA E RESPOSTAS
HEMODINÂMICAS (NÍVEIS PRESSÓRICOS) DE MULHE-
RES IDOSAS COM DIAGNÓSTICO DE HIPERTENSÃO
ARTERIAL EM ATIVIDADES DE HIDROGINÁSTICA**

Aluna: Susanna Lopes GALVÃO

Banca Examinadora:

Profª Ms. Eneida Maria Troller CONTE - Orientadora

Prof. Dr. Édio Luiz PETROSKI

Profª Drª. Tânia Bertoldo BENEDETTI

O objetivo deste trabalho foi de analisar respostas o estilo de vida e as respostas em nível de frequência cardíaca e pressão arterial do corpo após imersão em água e após exercício de hidroginástica em mulheres idosas hipertensas. A amostra foi intencionalmente selecionada, 10 alunas de hidroginástica, idosas, com diagnóstico de hipertensão arterial. Foi utilizado como instrumento de coleta, questionário de dados pessoais, questionário do estilo de vida e dados da mensuração da Frequência cardíaca e Pressão Arterial em repouso, após imersão e após exercício. Pode-se constatar com este de que na maioria das mulheres, 90%, teve um aumento na Frequência Cardíaca após imersão, e 80% teve aumento da Frequência Cardíaca após exercício. A Pressão Arterial, na maioria, 70% permaneceu inalterada após imersão e 60%, teve sua pressão inalterada, também após exercício. Através do questionário de Estilo de Vida pode-se concluir que, apesar de constatada a doença, as alunas têm um estilo de vida saudável. Com base nestes resultados pode-se verificar que as aulas de hidroginástica não oferecem perigo para alunas idosas, com diagnóstico de hipertensão.

Unitermos: estilo de vida, respostas hemodinâmicas, níveis pressóricos, hidroginástica.