

FERNANDES, Marília Beraldo. Análise dos Aspectos Relacionados à Inclusão de exercício em Portadores de Síndrome Metabólica. Bragança Paulista, SP: FESB, 2015. (IMPRESSO)

RESUMO

Estudos científicos demonstram que a prática de exercício físico é fundamental para a prevenção e controle da síndrome metabólica, que se caracteriza pelo grupamento de doenças cardiovasculares e metabólicas. Este trabalho tem como objetivo, identificar as respostas fisiológicas ao exercício físico, sem intervenção no controle dos fatores de impacto na síndrome metabólica. Participaram deste estudo 30 indivíduos, separados em dois grupos, sendo praticantes e não praticantes de exercício físico. Foi aplicado um questionário com perguntas fechadas, com objetivo de sanar algumas dúvidas que foram questionadas durante a realização do estudo. A partir dos resultados obtidos, pode se concluir que a prática regular de exercício físico, auxilia no tratamento de um portador de síndrome metabólica, diminuindo ou sanando o uso de qualquer fármaco.