



## **ESTUDO DE VARIÁVEIS FISIOLÓGICAS EM TESTES DE ESFORÇO APÓS O CONDICIONAMENTO FÍSICO EM PACIENTES COM FIBROMIALGIA UTILIZANDO EQUITAÇÃO TERAPÊUTICA**

**Valéria Augusto<sup>1</sup>, Daniele Albano Pinheiro<sup>2</sup>, Jéssica Francisco Zacareli<sup>3</sup>, Regiane Dias Rodrigues<sup>4</sup>, Marília Gabriela da Silva<sup>5</sup>, Paola Tódero de Souza<sup>6</sup>**

<sup>1</sup>Profa. Dra Valéria Augusto. Professora Universitária UNIFAE São João da Boa Vista- SP;

<sup>2</sup>Profa Dra Daniele Albano Pinheiro. Professora Universitária UNIFAE São João da Boa Vista- SP;

<sup>3</sup>Aluna do curso de Fisioterapia do UNIFAE, São João da Boa Vista- SP

<sup>4-5-6</sup>Fisioterapeutas graduadas pelo UNIFAE, São João da Boa Vista- SP

**Introdução:** A síndrome da fibromialgia desenvolve dor crônica e outros sintomas e sinais orgânicos além de um componente psicossomático importante, especialmente relacionado ao stress. Associações da fibromialgia com o stress oxidativo atualmente direcionam estudos sobre os efeitos dos exercícios físicos nesta patologia. Em contrapartida, a equitação terapêutica proporciona além de exercícios físicos de equilíbrio, força, alongamento e coordenação; em um ambiente que favoreceria a redução do stress, também oferece um trabalho da autoestima e recreação. **Objetivos:** estudar o comportamento de variáveis fisiológicas de controle do condicionamento físico após sessões de equitação terapêutica, e possivelmente sugerir uma nova modalidade terapêutica para fibromialgia. **Metodologia e casuística:** O presente estudo de caso foi realizado com a participação de quatro voluntárias, diagnosticadas com fibromialgia; e idades entre 45 e 60 anos. Foi realizada uma avaliação pré e pós-sessões de equitação terapêutica, utilizando como teste bicicleta ergométrica; um treinamento seguindo um protocolo contendo exercícios de relaxamento por cinco minutos, equilíbrio e alongamento global das musculaturas por vinte minutos. **Resultados:** Observou-se, em valores significativos ( $p \leq 0,05$ ), diminuição da PA, PAD, FC, PAS em repouso e PAD, PAD em carga máxima, aumento de FC em carga máxima, diminuição do BORG, diminuição de PAS, PAD e FC no quinto minuto de recuperação após o esforço. **Conclusão:** Demonstrou-se com este estudo que houve uma menor sobrecarga cardiovascular após o treinamento com equitação terapêutica, proporcionando melhora no condicionamento físico.

**Descritores:** Fibromialgia, Equitação terapêutica, Condicionamento físico