EFEITO DO USO DA RADIOFREQUÊNCIA ASSOCIADA A PLATAFORMA VIBRATÓRIA SOBRE A ADIPOSIDADE EM MULHERES ADULTAS PRÉ MENOPAUSA

Autores: Luiza Gabriela Santos Xavier; Angelica Castilho Alonso , Marta Ferreira Bastos
Instituições: Universidade São Judas Tadeu
E-mails: luizaggabriela@gmail.com; angelica.alonso@saojudas.br, marta.bastos@saojudas.br

CONCIEN
I CONGRESSO NACIONAL
2021
CIÊNCIAS DO ENVELHECIMENTO
DESAFIOS DA CONTEMPORANEIDADE

INTRODUÇÃO

Mulheres acima dos 40 anos apresentam redução dos níveis de estrógeno e tendem a aumentar a circunferência abdominal, considerada um fator de risco para doenças cardiovasculares. Nesse contexto, a conscientização da população com relação aos hábitos saudáveis, associada a utilização de protocolos estéticos, podem auxiliar na redução do tecido adiposo abdominal e incentivar às mudanças nos hábitos de vida com intuito de reduzir o surgimento de doenças crônicas associadas ao envelhecimento. Na literatura científica há uma escassez de estudos que associem protocolos estéticos à saúde da mulher.

OBJETIVO

Avaliar o efeito do uso da radiofrequência associado a plataforma vibratória sobre a adiposidade abdominal em mulheres de 40 a 59 anos.

MÉTODOS

O presente estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa envolvendo seres humanos da Universidade São Judas Tadeu (4.450.663). Foram incluídas 11 mulheres com faixa etária entre 40 a 59 anos que atenderam aos critérios de inclusão e exclusão. Foi utilizado radiofrequência na região abdominal por 20 minutos e plataforma vibratória em todo corpo por 20 minutos, em sessões semanais durante 3 meses. Para avaliar os níveis de gordura abdominal foram coletados dados da bioimpedância (peso, IMC, massa muscular esquelética, massa de gordura, percentual de gordura total, taxa metabólica basal, nível de gordura visceral), avaliação antropométrica e adipometria antes e após aplicação do protocolo estético. Os resultados foram analisados pelo teste paramétrico de t de Student pareado, com nível de significância estabelecido em 5%)

RESULTADOS

As participantes apresentavam média de idade de 47 anos e desvio padrão de 6,13. 53,3% se autodeclararam casadas e 40% residem na cidade de São Paulo. Com relação ao nível de escolaridade, 40% possuí ensino médio completo, 6,7% ensino médio incompleto, 20% ensino superior completo e 6,7% possuem pós graduação completa. Em relação a fonte de renda, 33,3% declararam receber de 3 a 6 salários-mínimos, 20% recebem 1 a 3 salários-mínimos e 13,3% não possuem nenhuma renda. Não foram detectadas diferenças significativas para os dados avaliados pela bioimpedância e para análises antropométricas para abdômen inferior e cicatriz umbilical

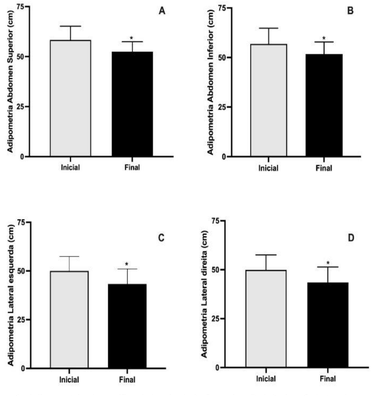

Figura 1: Adipometria da região abdominal. A- Superior, B- Inferior, C- Lateral esquerda e D- Lateral direita. Foram observadas redução do tamanho das pregas de tecido adiposo para abdômen superior (p=0,006), inferior (p=0,002), lateral esquerda (p=0,001) e lateral direita (p=0,002).

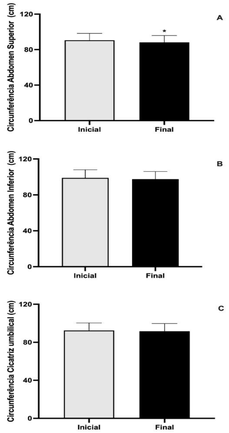

Figura 2: Analises antropométricas de circunferência abdominal. As análises antropométricas mostraram redução significativa da circunferência abdominal superior (p=0.009).

CONCLUSÃO

Os dados obtidos sugerem que a utilização da radiofrequência associada a plataforma vibratória pode auxiliar na redução da adiposidade abdominal de mulheres adultas pré menopausa.