

# Ciências do Esporte e Educação Física: Uma nova Agenda para a Emancipação 2

Wendell Luiz Linhares  
(Organizador)



**Atena**  
Editora  
Ano 2019

Wendell Luiz Linhares  
(Organizador)

# Ciências do Esporte e Educação Física: Uma nova Agenda para a Emancipação 2

Atena Editora  
2019

2019 by Atena Editora  
Copyright © Atena Editora  
Copyright do Texto © 2019 Os Autores  
Copyright da Edição © 2019 Atena Editora  
Editora Executiva: Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Antonella Carvalho de Oliveira  
Diagramação: Natália Sandrini  
Edição de Arte: Lorena Prestes  
Revisão: Os Autores

O conteúdo dos artigos e seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva dos autores. Permitido o download da obra e o compartilhamento desde que sejam atribuídos créditos aos autores, mas sem a possibilidade de alterá-la de nenhuma forma ou utilizá-la para fins comerciais.

### **Conselho Editorial**

#### **Ciências Humanas e Sociais Aplicadas**

Prof. Dr. Álvaro Augusto de Borba Barreto – Universidade Federal de Pelotas  
Prof. Dr. Antonio Carlos Frasson – Universidade Tecnológica Federal do Paraná  
Prof. Dr. Antonio Isidro-Filho – Universidade de Brasília  
Prof. Dr. Constantino Ribeiro de Oliveira Junior – Universidade Estadual de Ponta Grossa  
Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Cristina Gaio – Universidade de Lisboa  
Prof. Dr. Deyvison de Lima Oliveira – Universidade Federal de Rondônia  
Prof. Dr. Gilmei Fleck – Universidade Estadual do Oeste do Paraná  
Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Ivone Goulart Lopes – Istituto Internazionele delle Figlie de Maria Ausiliatrice  
Prof. Dr. Julio Candido de Meirelles Junior – Universidade Federal Fluminense  
Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Lina Maria Gonçalves – Universidade Federal do Tocantins  
Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte  
Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Paola Andressa Scortegagna – Universidade Estadual de Ponta Grossa  
Prof. Dr. Urandi João Rodrigues Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará  
Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande  
Prof. Dr. Willian Douglas Guilherme – Universidade Federal do Tocantins

#### **Ciências Agrárias e Multidisciplinar**

Prof. Dr. Alan Mario Zuffo – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul  
Prof. Dr. Alexandre Igor Azevedo Pereira – Instituto Federal Goiano  
Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Daiane Garabeli Trojan – Universidade Norte do Paraná  
Prof. Dr. Darllan Collins da Cunha e Silva – Universidade Estadual Paulista  
Prof. Dr. Fábio Steiner – Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul  
Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Girlene Santos de Souza – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia  
Prof. Dr. Jorge González Aguilera – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul  
Prof. Dr. Ronilson Freitas de Souza – Universidade do Estado do Pará  
Prof. Dr. Valdemar Antonio Paffaro Junior – Universidade Federal de Alfenas

#### **Ciências Biológicas e da Saúde**

Prof. Dr. Benedito Rodrigues da Silva Neto – Universidade Federal de Goiás  
Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Elane Schwinden Prudêncio – Universidade Federal de Santa Catarina  
Prof. Dr. Gianfábio Pimentel Franco – Universidade Federal de Santa Maria  
Prof. Dr. José Max Barbosa de Oliveira Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará

Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte  
Profª Drª Raissa Rachel Salustriano da Silva Matos – Universidade Federal do Maranhão  
Profª Drª Vanessa Lima Gonçalves – Universidade Estadual de Ponta Grossa  
Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande

### **Ciências Exatas e da Terra e Engenharias**

Prof. Dr. Adélio Alcino Sampaio Castro Machado – Universidade do Porto  
Prof. Dr. Eloi Rufato Junior – Universidade Tecnológica Federal do Paraná  
Prof. Dr. Fabrício Menezes Ramos – Instituto Federal do Pará  
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte  
Prof. Dr. Takeshy Tachizawa – Faculdade de Campo Limpo Paulista

### **Conselho Técnico Científico**

Prof. Msc. Abrãao Carvalho Nogueira – Universidade Federal do Espírito Santo  
Prof. Dr. Adaylson Wagner Sousa de Vasconcelos – Ordem dos Advogados do Brasil/Seccional Paraíba  
Prof. Msc. André Flávio Gonçalves Silva – Universidade Federal do Maranhão  
Prof.ª Drª Andreza Lopes – Instituto de Pesquisa e Desenvolvimento Acadêmico  
Prof. Msc. Carlos Antônio dos Santos – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro  
Prof. Msc. Daniel da Silva Miranda – Universidade Federal do Pará  
Prof. Msc. Eliel Constantino da Silva – Universidade Estadual Paulista  
Prof.ª Msc. Jaqueline Oliveira Rezende – Universidade Federal de Uberlândia  
Prof. Msc. Leonardo Tullio – Universidade Estadual de Ponta Grossa  
Prof.ª Msc. Renata Luciane Polsaque Young Blood – UniSecal  
Prof. Dr. Welleson Feitosa Gazel – Universidade Paulista

<b>Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) (eDOC BRASIL, Belo Horizonte/MG)</b>	
C569	<p>Ciências do esporte e educação física: uma nova agenda para a emancipação 2 [recurso eletrônico] / Organizador Wendell Luiz Linhares. – Ponta Grossa, PR: Atena Editora, 2019. – (Ciências do Esporte e Educação Física. Uma Nova Agenda para a Emancipação; v. 2)</p> <p>Formato: PDF Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader Modo de acesso: World Wide Web Inclui bibliografia ISBN 978-85-7247-567-9 DOI 10.22533/at.ed.679190209</p> <p>1. Educação física – Pesquisa – Brasil. 2. Políticas públicas – Esporte. I. Linhares, Wendell Luiz. II. Série.</p> <p style="text-align: right;">CDD 613.7</p>
<b>Elaborado por Maurício Amormino Júnior – CRB6/2422</b>	

Atena Editora  
Ponta Grossa – Paraná - Brasil  
[www.atenaeditora.com.br](http://www.atenaeditora.com.br)  
contato@atenaeditora.com.br

## APRESENTAÇÃO

A Educação Física tem possibilitado aos seus profissionais, a tentativa de a partir dos diversos fenômenos, sejam eles de cunho biológico, fisiológico, pedagógico, sociais e entre outros, a busca da compreensão do “novo” para a área. Neste sentido, o volume dois do e-book “Ciências do Esporte e Educação Física: Uma Nova Agenda para Emancipação”, configura-se numa obra composta por 20 artigos científicos, os quais estão divididos por três eixos temáticos. No primeiro intitulado “Educação Física, Práticas Pedagógicas, Currículo e Inclusão”, é possível encontrar estudos que discutem diferentes aspectos, distintos, entretanto, interdependentes da Educação Física Escolar, a partir de aspectos teóricos e empíricos e como esses influenciam ou podem contribuir para uma melhor prática docente. No segundo eixo intitulado “Avaliação, Capacidade Física e Exercício”, é possível verificar estudos que apresentam enquanto características, aspectos biológicos e fisiológicos relacionados ao exercício físico e como este pode ser utilizado para a avaliação das capacidades físicas em diferentes sujeitos. No terceiro eixo intitulado “ Políticas Públicas, Jogos, Esporte e Lazer”, é possível encontrar estudos que tratam da relação Esporte-Lazer e como, não só as Políticas Públicas, mas também, a memória, se articulam para o fomento dos aspectos mencionados anteriormente. O presente e-book reúne autores de diversos locais do Brasil e, por consequência, de várias áreas do conhecimento, os quais abordam assuntos relevantes, com grande contribuição no fomento da discussão dos temas supracitados.

Portanto, é com entusiasmo e expectativa que desejo a todos uma boa leitura.

Wendell Luiz Linhares

## SUMÁRIO

### EIXO 1 – EDUCAÇÃO FÍSICA, PRÁTICAS PEDAGÓGICAS, CURRÍCULO E INCLUSÃO

<b>CAPÍTULO 1</b> .....	<b>1</b>
O ESTÁGIO SUPERVISIONADO E AS RELAÇÕES DE GÊNERO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA	
Claudio Roberto de Jesus Pereira Rafaela Gomes dos Santos	
DOI 10.22533/at.ed.6791902091	
<b>CAPÍTULO 2</b> .....	<b>12</b>
TRAJETÓRIAS FORMATIVAS: ESTÁGIO SUPERVISIONADO E PIBID NA FORMAÇÃO DE PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA	
Leonardo Rocha da Gama	
DOI 10.22533/at.ed.6791902092	
<b>CAPÍTULO 3</b> .....	<b>17</b>
PERFIL, FORMAÇÃO, SABERES E EXPERIÊNCIAS DOS DOCENTES SOBRE O ENSINO-APRENDIZADO DO ATLETISMO	
Janaina Andretta Dieder Alexandre José Höher Gustavo Roesse Sanfelice	
DOI 10.22533/at.ed.6791902093	
<b>CAPÍTULO 4</b> .....	<b>31</b>
PROGRAMA PIBID- CONCEPÇÕES DE PROFESSORES SUPERVISORES NO QUE SE REFERE A INCLUSÃO ESCOLAR	
Diana de Souza Moura Robson Alex Ferreira Viviany da Silva Brughnago Josielen de Oliveira Feitosa Daiany Takekawa Fernandes Meire Ferreira pedroso da costa Jucelia Maria da Silva Wanessa Eloyse Campos dos Santos	
DOI 10.22533/at.ed.6791902094	
<b>CAPÍTULO 5</b> .....	<b>43</b>
QUALIDADE DE VIDA DE ESCOLARES: PERSPECTIVAS PARA NOVOS TEMAS EM EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR	
Vickele Sobreira Roberto Furlanetto Júnior Vilma Lení Nista-Piccolo	
DOI 10.22533/at.ed.6791902095	

**CAPÍTULO 6 ..... 54**

PROJETO VI-VENDO ESPORTE: REDISCUTINDO A FUNÇÃO PEDAGÓGICA DAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Felipe Souza de Brito  
Nathalia Dória Oliveira  
Mariza Alves Guimarães

**DOI 10.22533/at.ed.6791902096**

**CAPÍTULO 7 ..... 60**

OS DESAFIOS DA IMPLANTAÇÃO DO TÊNIS COMO COMPONENTE DO CURRÍCULO ESCOLAR

David Alisson Rodrigues da Silva  
Karine Miranda Pettersen

**DOI 10.22533/at.ed.6791902097**

**CAPÍTULO 8 ..... 71**

OS JOGOS OLÍMPICOS NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA: UM RELATO DE PRÁTICA

Robinson Luiz Franco da Rocha

**DOI 10.22533/at.ed.6791902098**

**CAPÍTULO 9 ..... 79**

PRÁTICAS PSICOPEDAGÓGICAS: TIME-V: TREINO PARA INCLUSÃO, MOVIMENTO ESPORTE E VIDA

Mariana França Machado  
Jéssica Fraga Dalgobbo

**DOI 10.22533/at.ed.6791902099**

**EIXO 2 – AVALIAÇÃO, CAPACIDADE FÍSICA E EXERCÍCIO**

**CAPÍTULO 10 ..... 87**

OS EFEITOS DE UM PROGRAMA DE EXERGAMES NO FUNCIONAMENTO EXECUTIVO E NO DESEMPENHO ACADÊMICO DE ESCOLARES NUMA PERSPECTIVA NEUROPSICOPEDAGÓGICA

Fabrcio Bruno Cardoso  
Aline Cabreira Pinheiro  
Saulo Souza  
Danilo Cunha  
Pablo Gandra  
Austrogildo Hardmam Junior  
Cleonice Terezinha Fernandes  
Alfred Sholl Franco

**DOI 10.22533/at.ed.67919020910**

**CAPÍTULO 11 ..... 98**

TREINAMENTO DE FORÇA EM IDOSOS E SEUS BENEFÍCIOS: UM ESTUDO DE REVISÃO

Mauro Castro Ignácio  
Walter Reyes Boehl  
Augusto Dias Dotto  
Anderson da Silveira Farias  
Bruna Brogni da Silva  
Paloma Müller de Souza  
Guilherme de Oliveira Gonçalves

**DOI 10.22533/at.ed.67919020911**

**CAPÍTULO 12 ..... 104**

TREINAMENTO FUNCIONAL PARA IDOSOS

Givanildo de Oliveira Santos  
Westter Vinicio Vieira Alves  
Hugsom Vieira Alves

**DOI 10.22533/at.ed.67919020912**

**CAPÍTULO 13 ..... 114**

RELAÇÃO ENTRE OS EXERCÍCIOS AERÓBICOS E QUALIDADE DE VIDA DE PESSOAS QUE VIVEM COM HIV/AIDS

Saulo Freitas Pereira  
Francisco Renato de Oliveira Vitor  
Kerginaldo Leite de Souza  
Adson Batista da Mota  
Carlos Alberto de Medeiros Silva  
Sandro Elias de Medeiros Filho  
Leylson Roberto Lopes de Freitas  
Dimas Anaximandro da Rocha Morgan  
Állan Frederico Medeiros da Silva

**DOI 10.22533/at.ed.67919020913**

**CAPÍTULO 14 ..... 122**

RELATO DE EXPERIÊNCIA: UMA PERSPECTIVA A PARTIR DA AVALIAÇÃO DA COMPOSIÇÃO CORPORAL COM O PÚBLICO HIV/AIDS

Silvana Corrêa Matheus  
Camila Valduga  
Bruna dos Santos  
Mauri Schwanck Behenck  
Uliana Soares Schaffazick  
Renata Palermo Licen

**DOI 10.22533/at.ed.67919020914**

**CAPÍTULO 15 ..... 127**

QUALIDADE DE VIDA E INTERESSE PELA PRÁTICA DE EXERCÍCIOS FÍSICOS DE PESSOAS COM MOBILIDADE REDUZIDA NA CIDADE DO RJ

Edvaldo de Farias  
Florisfran Melo Soares

**DOI 10.22533/at.ed.67919020915**

**CAPÍTULO 16 ..... 141**

PRÁTICAS CORPORAIS PARA A SAÚDE DO TRABALHADOR DA SEDUCE-GO: A EXPERIÊNCIA NA PERSPECTIVA BIOPSISSOCIAL

Max Santana Cananéia  
Rafael Vieira de Araújo

**DOI 10.22533/at.ed.67919020916**

**CAPÍTULO 17 ..... 145**

PADRÃO DO SONO RELACIONADO A PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA EM ACADÊMICOS DO NÍVEL SUPERIOR

Edvando Trajano Freitas Júnior  
Paula Rocha de Melo  
Celina Maria Pinto Guerra Dore

**DOI 10.22533/at.ed.67919020917**

## EIXO 3 – POLÍTICAS PÚBLICAS, JOGOS, ESPORTE E LAZER

<b>CAPÍTULO 18</b> .....	<b>156</b>
ESPAÇOS PÚBLICOS DE LAZER NO MUNICÍPIO DE SAPUCAIA DO SUL/RS	
Walter Romeu Bicca Júnior	
Natalia Silveira Antunes	
Jenifer Thais Pagani	
Luana Ribeiro	
<b>DOI 10.22533/at.ed.67919020918</b>	
<b>CAPÍTULO 19</b> .....	<b>171</b>
ESPORTES NA BAHIA: REGISTROS DE MEMÓRIAS EM JORNAIS DO INTERIOR DO ESTADO – 1910 – 1929	
Roberto Gondim Pires	
Cleber Dias	
Tayná Alves de Brito	
<b>DOI 10.22533/at.ed.67919020919</b>	
<b>CAPÍTULO 20</b> .....	<b>181</b>
A LINGUAGEM-EXPRESSIVA-CRIADORA DA DANÇA: UMA ABORDAGEM FENOMENOLÓGICA	
Danieli Alves Pereira Marques	
Marília Del Ponte de Assis	
Aguinaldo Cesar Surdi	
Elenor Kunz	
<b>DOI 10.22533/at.ed.67919020920</b>	
<b>SOBRE O ORGANIZADOR</b> .....	<b>188</b>
<b>ÍNDICE REMISSIVO</b> .....	<b>189</b>

## RELAÇÃO ENTRE OS EXERCÍCIOS AERÓBICOS E QUALIDADE DE VIDA DE PESSOAS QUE VIVEM COM HIV/AIDS

### **Saulo Freitas Pereira**

Universidade Potiguar, Curso de Educação Física  
Mossoró – RN

### **Francisco Renato de Oliveira Vitor**

Universidade Potiguar, Curso de Educação Física  
Mossoró – RN

### **Kerginaldo Leite de Souza**

Universidade Potiguar, Curso de Educação Física  
Mossoró – RN

### **Adson Batista da Mota**

Universidade Potiguar, Curso de Educação Física  
Mossoró – RN

### **Carlos Alberto de Medeiros Silva**

Universidade Potiguar, Curso de Educação Física  
Mossoró – RN

### **Sandro Elias de Medeiros Filho**

Universidade do Estado do Rio Grande do Norte,  
Faculdade de Educação Física  
Mossoró – RN

### **Leylson Roberto Lopes de Freitas**

Universidade do Estado do Rio Grande do Norte,  
Faculdade de Educação Física  
Mossoró – RN

### **Dimas Anaximandro da Rocha Morgan**

Universidade Potiguar, Curso de Educação Física  
Mossoró – RN

### **Állan Frederico Medeiros da Silva**

Universidade Potiguar, Curso de Educação Física  
Mossoró – RN

**RESUMO:** objetivo: investigar através da literatura qual a relação entre os exercícios aeróbicos e qualidade de vida para as pessoas que vivem com HIV/AIDS. Metodologia: foi feita uma busca nas bases de dados Pubmed, Scielo, Google acadêmico e de sites governamentais no período de julho de 2016 a novembro de 2016. Os estudos foram selecionados pela leitura de título, resumos e artigos completos. Resultados: nove trabalhos fizeram parte da análise crítica dos resultados e do conteúdo, os quais cinco demonstraram haver resultados positivos na qualidade de vida dessas pessoas que vivem com HIV/AIDS. Considerações: com bases nas pesquisas, a prescrição de exercícios físicos aeróbicos conciliada com a terapia medicamentosa possibilita melhoria no sistema cardiovascular e respiratório.

**PALAVRAS-CHAVE:** Exercício Aeróbico. HIV/AIDS. Qualidade Vida.

### RELATIONSHIP BETWEEN AEROBIC EXERCISES AND THE QUALITY OF LIFE OF PEOPLE LIVING WITH HIV / AIDS

**ABSTRACT:** To investigate in literature the relationship between aerobic exercise and quality of life for people living with HIV / AIDS. We searched the databases PubMed, Scielo, Google academic and governmental sites from

July 2016 to November 2016. The studies were selected by reading the title, abstracts and complete articles. Nine studies were part of the critical analysis of the content, of which five demonstrated positive results in the quality of life of people living with HIV / AIDS. Based on the research, the prescription of aerobic physical exercises reconciled with the drug therapy allows improvement in the cardiovascular and respiratory system. **KEYWORDS:** Aerobic Exercise, HIV / AIDS, Quality of Life.

## 1 | INTRODUÇÃO

A Síndrome Imunodeficiência Adquirida (AIDS), surgiu no início da década de 1980. A AIDS é causada pelo Vírus Imunodeficiência Humana (HIV) que ataca o sistema imunológico, responsável por defender o organismo de doenças, onde as células mais atingidas são os linfócitos T CD4+, causando rompimento nessas células, permitindo uma deficiência no sistema imunológico e propiciando outras infecções. HIV é um retrovírus, classificado na subfamília dos *Lentiviridae*, esses vírus compartilham algumas propriedades comuns: período de incubação prolongado antes do surgimento dos sintomas da doença, infecção das células do sangue e do sistema nervoso e supressão imune (BRASIL, 2016).

Estimativas sobre o HIV e AIDS para o Brasil e de que havia 781.000 (setecentos e oitenta e um mil) de pessoas vivendo com HIV, e estima-se que ocorreram 44.000 (quarenta e quatro mil) novas infecções, segundo a pesquisa feita pelo Programa Conjunto das Nações Unidas sobre AIDS/HIV (UNAIDS) no Brasil, no ano de 2014. Sobre a epidemia de AIDS no Brasil, algumas populações são mais afetadas que outras, e que a principal forma de transmissão é a sexual. Dados mostram que 0,4% e 0,7% da população geral estejam vivendo com AIDS, como por exemplo, os homossexuais e heterossexuais por praticarem o ato sexual sem o uso de preservativos, indivíduos que fazem o uso de drogas endovenosas (BRASIL, 2014).

Em uma larga escala, uma nova classe de terapia para o tratamento da AIDS iniciou-se, estas medicações deram um novo impulso ao tratamento desta doença, permitindo a introdução da HAART (Terapia antirretroviral de alta potência), possibilitando a máxima supressão da replicação do vírus na corrente sanguínea em grande parte dos indivíduos infectados, conseqüentemente reduzindo os casos de mortes por AIDS (BARROS et al., 2007).

Juntamente com os benefícios da HAART começaram a ser descritos as primeiras alterações metabólicas e morfológicas decorrentes da terapia, como a dislipidemias, tolerância alterada a glicose, resistência à insulina, acidose láctica, osteopenia, osteoporose, entre elas a lipodistrofia, que significa alteração na gordura, causando acúmulo ou perda em áreas localizadas do corpo, nos homens, por exemplo, o aumento de gordura na região abdominal, na região posterior do pescoço e, nas mulheres o aumento no volume dos seios. Os casos de perda de gordura periférica também são observados, na face, afinamento dos membros superiores

e inferiores, visualizando assim os grupamentos musculares e vasos sanguíneos (BARROS et al., 2007).

O Brasil adotou novas estratégias para diminuir a epidemia de AIDS, oferecendo tratamento a todas as pessoas vivendo com HIV, independentemente do estado das células linfócitos CD4+, simplificando e descentralizando a Terapia Antirretroviral (TAR) (BRASIL, 2014).

Nesta perspectiva, segundo Simões e Gomes (2006), o exercício físico orientado e regular, beneficia pessoas de todas as idades, tanto homens quanto as mulheres, além de ser importante para a resistência muscular, dos ossos, das articulações, inclusive para a saúde mental. O exercício físico é um “medicamento” econômico e muito saudável, sem efeitos colaterais negativos.

Sendo assim, sabe-se que o desenvolvimento de novas estratégias de intervenções tem sido essencial para contribuir esse quadro e oportunizar melhor qualidade de vida para as pessoas que vivem com HIV/AIDS (SOARES, 2012). Os exercícios físicos aeróbicos podem melhorar a qualidade de vida de pessoas que vivem com o vírus HIV, afetando os parâmetros cardiorrespiratórios, aumento de massa muscular, neuromusculares, psicológicos e promovendo a evolução da aptidão física como resistência cardiorrespiratória, redução da fadiga, e melhora na capacidade funcional e emocional, dessa forma, constitui um importante coadjuvante no tratamento dessas pessoas que vivem com HIV/AIDS (PINTO; SILVA, 2015).

Porém, muitas dessas pessoas que vivem com HIV/AIDS passam a se isolar e perde o hábito das atividades de lazer, e ficam reduzidas ao âmbito familiar chegando assim ao isolamento total, dessa forma, a carência social e a falta dessas práticas causa impacto direto com a qualidade de vida e no lazer dessas pessoas (PUPULIN et al., 2014). O essencial é que todos os profissionais envolvidos (médicos, psicólogos, enfermeiros, profissionais de educação física, nutricionistas e assistentes sociais) estejam bem preparados para lidar com todas essas questões e com a imensa diversidade das pessoas afetadas pelo HIV/AIDS (BRASIL, 2012).

Sendo assim, diante desta problemática, o objetivo desse estudo é investigar por meio de uma revisão bibliográfica qual a relação entre a prática sistemática de exercícios aeróbicos para a qualidade de vida de pessoas que vivem com HIV/AIDS.

## **2 | REFERENCIAL TEÓRICO**

### **2.1 HIV/AIDS e exercícios aeróbicos**

As infecções pelo vírus da Imunodeficiência humana (HIV) e a falta de controle da infecção causa a síndrome imunodeficiência Adquirida (AIDS) onde os primeiros casos começaram a serem descobertas no início da década de 1980. Surgiram na África, mas com um aumento posteriormente em todo mundo, dessa forma, sendo considerada uma pandemia. Desde o primeiro caso relatado, a doença tem sido

amplamente estudada e seu principal objetivo passou a ser a destruição total do vírus (ANDRADE, 2016).

O HIV pertence à família *Retroviridae* e o gênero *Lentivirus* no qual abrange os sorotipos HIV-1 e HIV-2. A infecção do pelo HIV no organismo humano inicia-se com um quadro clínico agudo e progride para a infecção crônica dos tecidos linfoides periféricos. O curso natural da infecção divide-se em três fases: a) síndrome retroviral aguda, onde se consolida a infecção dos linfócitos T CD4+; b) fase média crônica, onde há replicação viral, principalmente dos linfonodos e baço, além da destruição celular contínua; c) síndrome imunodeficiência adquirida (AIDS), essa última fase e considerada pela falência das defesas do hospedeiro, conseqüentemente aumentando descontroladamente o vírus no plasma e a doença clínica grave (ZANETTI, 2016). De acordo com o autor supracitado a maioria das pessoas infectadas pelo HIV evolui para AIDS após 7 a 10 anos.

O HIV pode ser transmitido pelo sangue, contato sexual, compartilhamento de seringa ou pela transmissão vertical que corresponde a infecção de mãe para filho, seja através da placenta, durante a gravidez ou pelo leite materno. A introdução do vírus não representa a manifestação da AIDS, após o contágio quatro fases podem ser consideradas no processo de evolução: Infecção aguda, fase assintomática, fase sintomática e AIDS (BRASIL, 2016).

A primeira fase, a infecção aguda, inicia-se quando o vírus atravessa a mucosa e inicia seu processo replicação no hospedeiro. Nesta fase, a replicação viral é intensa e recebe auxílio das células T CD4+ para o local na tentativa de controle. Entre as 2 e 4 semanas após o primeiro contato ocorre o pico de viremia que promove uma diminuição acentuada das T CD4+ e aparecem sintomas de gripe ou resfriado (GONÇALVES, 2014).

A segunda fase, assintomática, pode durar anos dependendo da agressividade, do tipo do HIV e do sistema imunológico de cada pessoa. Durante essa fase ocorre replicação viral, só que menos intensa e perda do sistema imunológico. Não existem sintomas clínicos, porém pode ocorrer linfadenopatia (GONÇALVES, 2014).

A terceira fase, sintomática, começa quando a contagem de T CD4+ começa a reduzir e a carga viral aumenta demais. Os sintomas por exemplos, febre recorrentes, sudorese noturna, fadiga e perda de peso associados em alguns casos com infecções oportunistas e principalmente dermatológicas (GONÇALVES, 2014).

A última é a AIDS propriamente dita, ocorre quando a contagem de T CD4+ está abaixo de 200 milímetro cúbico de sangue. Nesta fase ocorre a piora dos sintomas mencionados na fase sintomática, o aumento de infecções oportunistas, tuberculose, herpes simples, herpes zoster, hepatites, pneumonias, ademais de tumores como o sarcoma de kaposi (GONÇALVES, 2014).

O Brasil, além de ter a maior prevalência de pessoas infectadas pelo HIV na América Latina, foi o único país sul-americano a apresentar aumento no número de infecções entre os anos de 2005 e 2013, o que torna necessário mais programas de

conscientização e prevenção da transmissão do HIV (UNAIDS, 2014).

Em 1996, surgiu a *High Activity Antirretroviral Therapy* (HAART), onde houve um controle eficaz da infecção, dando as pessoas que vivem com HIV/AIDS uma redução na morbidade, melhoria na qualidade de vida e sobrevida. A expectativa de vida dessas pessoas vivendo com HIV/AIDS em tratamento atualmente aproxima-se das pessoas não infectadas devido à inibição da replicação viral e a melhoria e manutenção do sistema imunitário celulares, que contribuem para a redução das infecções (GARCIA, 2014).

Relatos apontam que as pessoas que vivem com HIV/AIDS em uso da terapia antirretroviral sofrem com alterações corporais, anormalidades metabólicas e neuropsicológicas. As características corporais caracterizam-se por redistribuição anormal de gordura, com perca no tecido subcutâneo em face e extremidades, acompanhados ou não de gordura no pescoço, região dorso-cervical, região do tronco superior e região intra-abdominal, chamada de lipohipertrofia. Esse conjunto de alterações é denominado síndrome de lipodistrofia associada ao HIV e associa-se com alterações metabólicas, as quais parecem preceder as alterações morfológicas (SILVA, 2016).

As anormalidades metabólicas são caracterizadas por um perfil lipídico, com aumento no colesterol total e lipoproteína de baixa intensidade, a resistência à insulina, conseqüentemente intolerância à glicose e a lipodistrofia que compartilham características comum como redistribuição de gordura corporal, resistência à insulina, anormalidades lipídicas e o aumento do risco cardiovascular (DA SILVA, 2016).

Do ponto de vista psicológico, o HIV/AIDS não age diretamente no sistema neurológico, que venha alterar, por mecanismos fisiológicos o comportamento da pessoa infectada. Os abalos psicológicos surgem antes mesmo de a pessoa descobrir se é ou não soropositivo, com isso, o perfil psicológico da pessoa infectada caracterizasse por algumas fases: comportamento de risco e ansiedade pelo resultado do exame; quando a pessoa realiza e conhece o resultado do teste e em caso de negatividade, apresenta uma sensação de alívio. Em caso de positivo, pode ocorrer o choque emocional, a negação, a agressividade, a depressão e a aceitação (PAES NETO, 2011).

### 3 | METODOLOGIA

O processo metodológico desse estudo constituiu em uma revisão bibliográfica, tendo como base: Scientific electronic library online (Scielo), United States National Library of Medicine (Pubmed), Google Acadêmico e sites governamentais. Foram utilizadas as palavras-chaves: Exercício Físico, Exercício Aeróbico, HIV/AIDS, Síndrome Lipodistrófica.

Os critérios para seleção dos artigos foram adotados conforme os objetivos da pesquisa, aqueles artigos que não atenderam a esses critérios foram excluídos de

estudo. Os Critérios de inclusão estabelecidos no estudo: 1) foram utilizados apenas estudos de caso, 2) analisados estudos em que os pacientes faziam o uso da terapia indicada para tratamento da patologia e praticavam exercícios.

#### 4 | RESULTADOS E DISCUSSÃO

Devido aos grandes registros de infecção, juntamente com o efeito adversos do TARV, foi incluído de maneira cada vez mais ascendente os exercícios físicos como terapia não medicamentosa. Dentre eles os exercícios aeróbicos que promove alterações positivas e importantes para a qualidade de vida dessas pessoas, melhorando as capacidades funcionais, o sistema imune, além de atenuar as complicações metabólicas ligadas ao HIV/AIDS. Dessa forma, a TARV pode se tornar o principal motivo para a inclusão de exercícios aeróbicos no tratamento (CUNHA; GALVÃO, 2010).

O treinamento aeróbico para as pessoas que vivem com HIV/AIDS, visa melhorar os sistemas cardiovasculares, respiratórios e na redução dos adipócitos, agindo como modulador do perfil lipídico, reduzindo o risco doenças cardiovasculares (ANDRADE, 2016).

Uma revisão sistemática mostrou que a prática regular de exercício físico aeróbico em pessoas infectadas pelo HIV é capaz de reverter as alterações metabólicas observadas com o uso da TARV, entretanto, dentre os benefícios deste tipo de exercício estão o aumento do consumo máximo de oxigênio ( $VO_{2max}$ ) e dos valores de células T CD4+, diminuição da adiposidade corporal, normalização dos valores de colesterol total (CT), triglicerídeos (TG) e da lipoproteína de baixa densidade (LDL) (ZANETTI, 2016).

Em um outro estudo, foram recrutados 39 homens soropositivos no ambulatório do departamento de doenças infecciosas da Dinamarca entre fevereiro de 2005 e março de 2006, mediante todos foram submetidos a exames médicos. Os critérios de inclusão foram pessoas entre 18-65 anos, HAART estável, sedentários, e com síndrome lipodistrofica e hipolipodistrofica. Os sujeitos foram treinados três vezes por semana durante 16 semanas. Todos os programas continham um aquecimento de 5 minutos. O treinamento aeróbico consistiu de oito programas diferentes com 35 minutos de treinamento intervalado. Em conclusão, os resultados foram de que os exercícios aeróbicos reduziram o colesterol total, colesterol de lipoproteína de baixa densidade, ácidos graxos livres, proteína C reativa de alta sensibilidade, colesterol aumentado de lipoproteínas de alta densidade, diminuição da adiposidade corporal (LINDEGAARD et al., 2008).

## 5 | CONSIDERAÇÕES FINAIS

Para tanto, diante da problematização, constata-se que os exercícios aeróbicos funcionam como terapia não medicamentosa e deve ser paralela a HAART, visando assim a melhoria do sistema cardiovascular e respiratório, contribuindo para a saúde e qualidade de vida das pessoas que vivem com HIV/AIDS. Neste sentido, faz-se necessário que o indivíduo aprenda a lidar com a prática sistemática dos exercícios aeróbicos para assim ajudar no sucesso do tratamento e no cumprimento de medidas terapêuticas.

Apesar da combinação entre as terapias e exercícios aeróbicos mostrarem resultados no tratamento, é necessário o desenvolvimento de novos estudos que contemplem a ênfase na referida temática, buscando a divulgação e conscientização da importância desta prática para a melhora do quadro clínico e social das pessoas vivendo com HIV/AIDS.

## REFERÊNCIAS

- ANDRADE, Ricardo Dias de. **Efeito no treinamento concorrente no controle autonômico cardíaco, desempenho cardiorrespiratório, força muscular e na composição corporal das pessoas que vivem com hiv/aids**. 2016. 49 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Educação Física, Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal, 2016.
- BRASIL. Ministério da saúde: **Departamento de DST, Aids e Hepatites Virais**. 2016. Disponível em: <<http://www.aids.gov.br/aids>>. Acesso em: 08 out. 2016.
- BRASIL. **Ministério da Saúde**: Programa Conjunto das Nações Unidas. 2014. Disponível em: <<http://unaids.org.br/estatisticas/>>. Acesso em: 08 out. 2016.
- BRASIL. **Departamento de DST, Aids e Hepatites Virais**: Ministério da Saúde. 2016. Disponível em: <<http://www.aids.gov.br/pagina/sintomas-e-fases-da-aids>>. Acesso em: 13 nov. 2016.
- BRASIL, Ministério da Saúde. **Recomendações para a prática de atividades físicas para pessoas vivendo com hiv e aids**: Departamento de DST, Aids e Hepatites Virais. Brasília: Amanda Soares, 2012. 88 p.
- BARROS, Eunice Silva et al. **Influência da alimentação na lipodistrofia em portadores de hiv-aids praticantes de atividade física regular**. *Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício*, São Paulo, v. 1, n. 2, p.13-18, mar. 2007.
- CUNHA G H; GALVÃO M T G. Diagnósticos De Enfermagem Em Pacientes Com o Vírus Da Imunodeficiência Humana/ Síndrome Da Imunodeficiência Adquirida Em Assistência Ambulatorial. *Acta Paul Enferm* 2010; 23(4): 526-32.
- DA SILVA, Iana Conceição et al. **Perfil metabólico, antropométrico e lipodistrofia em pessoas vivendo com hiv/aids em uso de terapia antirretroviral**. *Nutrición clínica y dietética hospitalaria*, v. 36, n. 3, p. 38-44, 2016.
- GARCIA, A. **Effects of combined exercise training on immunological, physical and biochemical parameters in individuals with HIV/AIDS**. *J Sports Sci*, v. 32, n. 8, p. 785-92, 2014.
- GONÇALVES, Juliana Carneiro. **Análise Comparativa de Protocolos de Terapia Medicamentosa**

**em Pessoas Adultas Vivendo com HIV/AIDS.** 2014. 52 f. Monografia (Especialização) - Curso de Farmácia, Departamento de Farmácia, Universidade de Brasília – Unb Faculdade de Ceilândia – Fce, Brasília, 2014.

LINDEGAARD, B. et al. **The effect of strength and endurance training on insulin sensitivity and fat distribution in human immunodeficiency virus-infected patients with lipodystrophy.** J Clin Endocrinol Metab, v. 93, n. 10, p. 3860-9, Oct 2008.

PAES NETO, Pedro Pinheiro. **Educação para a saúde e a atividade física na promoção da qualidade de vida de pessoas que vivem com HIV/aids.** 2011. 163 f. Tese (Doutorado) - Curso de Enfermagem, Educação em Saúde e Formação de Recursos Humanos, Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, 2011.

PUPULIN, Aurea Regina Telles et al. **Efeito de exercícios físicos e de lazer sobre os níveis de cortisol plasmático em pacientes com Aids.** Revista Brasileira de Ciências do Esporte, Maringá, v. 6, n. 6, p.1-6, abr. 2014.

PINTO, Stefânia Moraes; SILVA, João Paulo Clemente da. **A atividade física como tratamento terapêutico da depressão em soropositivos: um estudo de intervenção.** Cinergis: Revista do Departamento de Educação Física e Saúde e do Mestrado em Promoção da Saúde da Universidade de Santa Cruz do Sul / Unisc, Santa Cruz do Sul, v. 16, n. 3, p. 169-172, jul. 2015.

SIMÕES, Elizabeth; GOMES, André Luiz Marques. **Respostas Fisiológicas, hematológicas e Bioquímicas do portador do HIV a um programa de atividade física orientada.** Fitness Performance, Rio de Janeiro, v. 5, n. 3, p. 139-145, maio 2006.

SOARES, Themis Cristina Mesquita. **HIV/AIDS e estilo de vida: Marcadores Biológicos, Síndrome Lipodistrófica e sua relação com a prática de exercícios.** 2012. 113 f. Tese (Doutorado) - Curso de Educação Física, Centro de Ciências da Saúde, Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal, 2012.

UNAIDS. **The gap report.** Programa Conjunto das Nações Unidas. 2014. Disponível em:<[http://www.unaids.org/sites/default/files/media\\_asset/UNAIDS\\_Gap\\_report\\_en.pdf](http://www.unaids.org/sites/default/files/media_asset/UNAIDS_Gap_report_en.pdf)>. Acesso em: 8 out. 2016.

ZANETTI, Hugo Ribeiro. **Efeitos do treinamento resistido não linear sobre antropometria, parâmetros metabólicos, inflamatórios e imunes, força muscular e componentes da síndrome metabólica em pessoas infectadas pelo hiv: ensaio clínico randomizado.** 2016. 70 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Educação Física, Universidade Federal do Triangulo Mineiro, Uberaba, 2016.

## **SOBRE O ORGANIZADOR**

**WENDELL LUIZ LINHARES** - Possui graduação plena em Ciências Biológicas pelo Centro Universitário Leonardo da Vinci – UNIASSELVI (2011), especialização “Lato Sensu” em Educação e Gestão Ambiental pela Faculdade de Ensino Superior Dom Bosco (2011). Em 2016 concluiu sua segunda graduação, sendo o curso de licenciatura em Educação Física pela Universidade Estadual de Ponta Grossa – UEPG e em 2019 se tornou Mestre em Ciências Sociais Aplicadas, pelo Programa de Pós-Graduação em Ciências Sociais Aplicadas da Universidade Estadual de Ponta Grossa – UEPG). Seus estudos têm como objeto o Esporte, sobretudo, o Futebol, tendo pesquisado suas diversas manifestações durante a graduação e pós-graduação. Atualmente têm desenvolvido pesquisas relacionadas ao processo de “identificação e pertencimento clubístico” e atua como docente da disciplina de Educação Física na Rede Particular de Ensino da cidade de Ponta Grossa – Paraná.

## ÍNDICE REMISSIVO

### A

Atividade Motora 104  
Atletismo 17, 30, 177  
Autonomia de Idosos 104

### B

Benefícios 104, 112, 139

### C

Capacidades Funcionais 43  
Crianças 88

### D

Dança 186, 187  
Deficiência Intelectual 79  
Desempenho Acadêmico 88

### E

Educação Básica 11, 25, 29, 30, 43  
Educação em Saúde 121  
Educação Física Escolar 5, 11, 17, 60  
Ensino 1, 8, 13, 14, 17, 24, 71, 89, 91, 188  
Ensino Fundamental 13, 24, 71, 89  
Envelhecimento 103, 104, 112, 113, 139  
Escola 10, 14, 42, 43, 52, 53, 54, 59, 60, 86, 170  
Estágio Supervisionado 1, 2, 3, 8, 9, 11, 12, 13, 14  
Exercício Aeróbico 114, 118

### F

Fenomenologia 187  
Funcionamento Executivo 88

### G

Gênero 1, 10, 19

## **H**

HIV 8, 114, 115, 116, 117, 118, 119, 120, 121, 122, 123, 125, 126

HIV/AIDS 8, 114, 116, 118, 119, 120, 121, 122, 123, 126

## **I**

Idosos 103, 104

Inclusão Escolar 41

## **J**

Jogos 5, 9, 66, 71, 72, 73, 74, 75, 76, 77, 78, 86

Jogos Olímpicos 71, 72, 73, 74, 75, 76, 77

## **L**

Lazer 5, 9, 156, 157, 158, 159, 160, 161, 162, 163, 166, 167, 168, 169

## **M**

Memória 171, 180

## **N**

Neuropsicopedagogia 88, 97

## **P**

Políticas Públicas 5, 9, 156

Prática Pedagógica 54

Professor 17, 23, 24, 25, 29, 76, 171

## **Q**

Qualidade de Vida 52, 134, 137, 142, 156

## **R**

Relato de Prática 71

## **S**

Saúde 10, 43, 52, 53, 60, 105, 113, 120, 121, 124, 126, 129, 130, 131, 136, 138, 139, 140, 142, 143, 144, 145, 154, 171

Sono 145, 148

## T

Tênis 60, 62, 66, 67, 68, 69, 70

Agência Brasileira do ISBN  
ISBN 978-85-7247-567-9

