

DOI: 10.35621/23587490.v7.n1.p329-342

IMPACTO DO USO DO *EXERGAME* SOBRE O RISCO CARDIOVASCULAR AVALIADO PELA PCR ULTRASSENSÍVEL: UM ESTUDO COM ADOLESCENTES COM EXCESSO DE PESO

IMPACT OF EXERGAME ON CARDIOVASCULAR RISK ASSESSED BY THE ULTRA-SENSITIVE C-REACTIVE PROTEIN: A STUDY WITH OVERWEIGHT ADOLESCENTS

Fernanda Caroline Tavares de Melo¹
Naryelle da Rocha Silva²
Morgana Monteiro Pimentel³
Geisielly Raquel da Cruz Aguiar⁴
Gabrielle Sousa Marques⁵
Danielle Franklin de Carvalho⁶

RESUMO: OBJETIVO: tendo em vista que os índices de obesidade e sobrepeso se fazem cada vez mais alarmantes, inclusive em crianças e adolescentes, torna-se necessário o uso de novas abordagem que estimulem o exercício em tal faixa etária, como o uso de videogames ativos (*exergames*). Desta forma, este estudo buscou verificar o impacto do *exergame* no risco cardiovascular avaliado pela Proteína C-Reativa ultrasensível (PCR-u) em adolescentes com sobrepeso ou obesidade de Campina Grande-PB. **MÉTODOS:** estudo de intervenção quase experimental realizado com 48 adolescentes (15 a 19 anos) com sobrepeso ou obesidade matriculados em escolas públicas de ensino médio. A intervenção foi realizada durante oito semanas, 3 vezes por semana, com sessões de 50 minutos, através da plataforma XBOX 360, com acessório Kinect (Microsoft®) e o *Just Dance* foi o jogo selecionado. Os dados foram analisados através do SPSS 22.0 e para todas as análises foi adotado um nível de significância de 5%. **RESULTADOS:** amostra composta majoritariamente pelo sexo feminino (60,4%), de classes econômicas C, D e E (56,3%), autorreferida de cor não branca (79,2%) e com sobrepeso (70,8%). No

¹ Graduada em Enfermagem. Universidade Estadual da Paraíba, Campina Grande, Paraíba, Brasil.

² Mestre em Saúde Pública. Universidade de Pernambuco, Recife, Pernambuco, Brasil.

³ Graduada em Enfermagem. Universidade Estadual da Paraíba, Campina Grande, Paraíba, Brasil.

⁴ Graduada em Enfermagem. Universidade Estadual da Paraíba, Campina Grande, Paraíba, Brasil.

⁵ Graduada em Fisioterapia. Universidade Estadual da Paraíba, Campina Grande, Paraíba, Brasil.

⁶ Doutora em Saúde da Criança e do Adolescente. Universidade Estadual da Paraíba, Campina Grande, Paraíba, Brasil.

início do estudo, 24,1% dos adolescentes foram classificados como muito ativos, 38,9% como ativos, e 22,2% como insuficientemente ativos. Embora significativo o aumento no nível de atividade física proporcionado pela intervenção, não foi registrada alteração estatisticamente significativa nos níveis de PCR-u. **CONCLUSÃO:** o *exergame* foi capaz de produzir melhoria no nível de atividade física, mas não na PCR-u. Sugere-se que estudos com períodos de intervenção maiores possam ser realizados para melhor avaliação.

Palavras chave: Adolescente; Obesidade; Jogos de Vídeo.

ABSTRACT: OBJECTIVE: *Given that obesity and overweight rates are becoming increasingly alarming, including in children and adolescents, it is necessary to use new approaches that stimulate exercise in such age group, such as the use of active video games (exergames). This study sought to verify the impact of the exergame on cardiovascular risk assessed by ultra-sensitive C-Reactive Protein (URC) in overweight or obese adolescents in Campina Grande/PB. METHODS:* A almost experimental intervention study with 48 adolescents (15 to 19 years old) who were overweight or obese enrolled in public high schools. The intervention was performed for eight weeks, 3 times a week, with sessions of 50 minutes, through the platform XBOX 360 platform, with Kinect accessory (Microsoft®) and Just Dance was the game selected. The data were analyzed through SPSS 22.0 and, for all analyzes, was adopted a significance level of 5%. **RESULTS:** Sample composed mostly by female sex (60.4%), of economic classes C, D and E (56.3%), self-referred non-white (79.2%) and overweight (70.8%). At the beginning of the study, 24.1% of the adolescents were classified as very active, 38.9% as active, and 22.2% as insufficiently active. Although significant increase in the level of physical activity provided by the intervention, there was no statistically significant change in the levels of u-CRP. **CONCLUSION:** the exergame was able to produce improvement in the level of physical activity, but not in the PCR-u. It is suggested that studies with longer intervention periods can be performed for a better evaluation.

Keywords: Adolescent; Obesity; Video Games.