



RELAÇÃO ENTRE PERCEPÇÃO DO ESFORÇO E FREQUÊNCIA CARDÍACA DURANTE UM EXERCÍCIO FÍSICO EFECTUADO POR TOXICODPENDENTES

Cristina Queirós¹; Maria João Luz, Rosa Martinho, Jorge Mota²

¹Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto, ²Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física da Universidade do Porto

O objectivo deste estudo foi o de verificar se numa amostra de toxicodpendentes em recuperação, a percepção que os individuos possuem sobre o esforço fisico correspondia aos valores fisiológicos encontrados, tomando em consideração o tempo de tratamento (fase inicial versus fase final). Utilizamos 8 toxicodpendentes do sexo masculino (22.1±2.9 anos) internados numa clínica de desintoxicação e reabilitação de toxicodpendentes, situada na área metropolitana do Porto. Os sujeitos foram escolhidos após exame médico e nenhum deles se encontrava a tomar qualquer medicação que pudesse alterar os resultados, tendo todos dado o seu consentimento para participarem no estudo. Os sujeitos foram divididos em dois grupos, sendo um formado por sujeitos em tratamento à menos de meio ano (Grupo 1, com sujeitos em tratamento entre 1 a 4 semanas) e outro formado por sujeitos em tratamento à mais de meio ano (Grupo 2, em tratamento entre 8 e 16 meses).

Não foram encontradas diferenças estatisticamente significativas entre os dois grupos para a percepção de esforço (escala de Borg). Em relação à intensidade do esforço avaliado pela frequência cardiaca foram encontradas diferenças estatisticamente significativas ($p \geq 0.05$), com o grupo 1 (com menor tempo de internamento) a apresentarem valores mais elevados. A associação entre a percepção subjectiva do esforço e a resposta fisiológica, demonstrou ser na generalidade fraca. Os nossos resultados sugerem fracas associações entre a percepção do esforço e a sua intensidade fisiológica. As razões apontadas sugerem o facto dos individuos terem ingerido durante algum tempo substâncias que alteram os sentidos poderá ter produzido uma alteração da percepção do corpo e das sensações que ele produz.