



# Efeito do treinamento com pesos na composição corporal de pessoas com HIV em uso da TARV

## AUTORES

Mariana Ardengue  
Kauana Borges Marchini  
Pollyana Mayara Nunes  
Dayane Cristina de Souza  
Lucas Fuverki Hey  
Abel Felipe Freitag  
Michele Caroline de Costa Trindade  
Ademar Avelar

Universidade Estadual de Maringá, Maringá,  
Paraná, Brasil.

## CONTATO

*mariardengue@gmail.com*

Rev Bras Ativ Fis Saude 24(suppl 1):73

**Resumo:** A Terapia Antirretroviral (TARV) aumentou a expectativa de vida de pessoas que vivem com HIV (PVH), entretanto seu uso pode ocasionar efeitos colaterais como a diminuição da massa magra (MM) e aumento da massa gorda (MG). O exercício físico tem sido um aliado no tratamento de PVH beneficiando a saúde geral destes indivíduos. O estudo objetivou verificar o efeito de oito semanas de treinamento com pesos (TP) na composição corporal (CC) de PVH. Vinte PVH (idade: 42,10+10,08 anos; tempo de infecção: 9,96+1,76 anos; tempo de TARV: 8,02+6,39 anos) de ambos os sexos, aleatorizadas em grupo controle (GC, n = 9) e grupo treinamento (GT, n = 11), efetuando um protocolo de TP de 10 exercícios, com três sessões semanais. MM e MG foram medidas por bioimpedância. A área de gordura do braço (AGB) e área muscular do braço corrigida (AMBc) foram calculadas com fórmulas específicas usando medidas de circunferência e dobra tricipital do braço direito. Utilizou-se ANOVA two-way para análises com post-hoc de Bonferroni. Não houve resultados significativos ( $P < 0,05$ ) para MM e MG, mas foram encontrados na interação grupo x tempo no GT para AGB (GC: PRÉ 38,84+18,55, PÓS 41,20+18,80; GT: PRÉ 29,96+10,16, PÓS 27,48+8,14) e AMBc (GC: PRÉ 41,73+13,55, PÓS 40,91+14,07; GT: PRÉ 37,08+10,06, PÓS 45,27+11,40). Conclui-se que oito semanas de TP modificam a CC de PVH.

**Palavras-chave:** Antropometria; Exercício; Infecção por HIV

**Apoio:** Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - Brasil (Capes) - Código de Financiamento 001



Este obra está licenciado com uma Licença  
Creative Commons Atribuição-NãoComercial-  
CompartilhaIgual 4.0 Internacional.



# XII CBAFS