

AVALIAÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA EM INDIVÍDUO DIABÉTICO TIPO 2 SOB TREINAMENTO RESISTIDO – ESTUDO DE CASO

André Luiz Duarte de OLIVEIRA (TCC/UnilesteMG)

José Ricardo RABELO (Orientador)

Curso de Educação Física/Unileste - MG

Em tempos que a população mundial sofre os pesares de grandes moléstias, é preciso encontrar alternativas diferenciadas que burlam a necessidade de administração de medicamentos, de internações nos hospitais sempre cheios de enfermos, de altos gastos financeiros particulares e públicos. Porém uma provável solução não é valorizada pela maioria da população: a prevenção.

Sabemos que prevenir quaisquer moléstias requer a adesão de hábitos saudáveis que incluem além de alimentação adequada, o não consumo de drogas, também e não obstante ,a prática regular de atividade física. Conhecido como a moléstia que acomete 1 em cada 17 pessoas mundialmente, o diabetes mellitus não-insulino-dependente (DM tipo 2) trás várias complicações e prejuízos ao organismo do indivíduo. Sua prevenção e/ou controle são essenciais para garantir uma melhor qualidade de vida. A pesquisa de caráter investigativo procura estabelecer diferenças significantes entre antes e após 12 semanas de treinamento resistido através do questionário de qualidade de vida sf- 37 numa voluntária diabética de 69 anos de idade. Pelo fato de a pesquisa não estar concluída não é possível relatar fatos seguintes.

Palavras-chaves: Atividade física , Diabetes Mellitus , Qualidade de Vida , Prevenção