

COMO FAZER A PROVA FISIOLÓGICA EM CAMPO

Pelo 1.º Tenente Dr. AUREO MORAES

Das provas fisiológicas para o controle médico do treinamento físico, uma delas, feita em campo, consiste na verificação das reações do aparelho circulatório, mediante um esforço "standard".

O esforço tipo é uma corrida de 200 metros, em passo acelerado, de modo que o percurso seja feito em 55 segundos. As reações visadas são a frequência do pulso e a pressão arterial. As reações do aparelho respiratório não são medidas no C. M. E. F., por serem facilmente alteráveis pela vontade do próprio paciente, que entretanto não pôde influir voluntariamente sobre as outras acima aludidas.

Um arterio-tensiófono manométrico especial, usado neste Estabelecimento, permite que esta prova seja feita por grupos de quatro indivíduos.

A técnica é a seguinte: quatro indivíduos em repouso sentam-se em torno de uma mesa onde se acha o aparelho. Um médico toma a pressão arterial máxima e mínima de cada um, enquanto outro conta as respectivas pulsações, registrando-se os resultados nas fichas correspondentes.

Os examinandos então se dirigem a passo lento para o local de partida da corrida citada, onde aguardam 3 a 4 minutos os sinais de saída, que são dados sucessivamente para o 1.º, 2.º, 3.º e 4.º, com uma diferença de 30 segundos um do outro.

As chegadas são também sucessivas, com 30 segundos de espaço entre um e outro, tempo suficiente para que o observador tome a pressão arterial de cada um, enquanto o outro conta o número de pulsações.

Tomados pressão e pulso do 4.º examinando, já serão decorridos dois minutos. Volta-se a observar o 1.º, depois o 2.º, etc., tal como está referido acima. Cada examinando é observado, portanto, de 2 em 2 minutos. Estas operações só cessam, quando os dados sobre pulso e pressão forem iguais aos do estado de repouso anteriormente registrados nas fichas, o que corresponde à volta à calma.

No C. M. E. F., a maior parte dos alunos voltam à calma em 5 minutos, o que é uma boa condição de treinamento.

Tem-se observado que os atletas em forma voltam à calma em um tempo médio de 3 minutos.

A volta à normal em 10, 15, 20 e mais minutos indicam estado de fadiga mais ou menos acentuado ou algum estado mórbido incipiente, que compete ao médico averiguar.



Um aspecto da prova