

INDIVÍDUOS COM LIMITAÇÃO FUNCIONAL PÓS-COVID-19 E COM PIOR NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA APRESENTAM PIOR PERFIL MOTIVACIONAL PARA O EXERCÍCIO¹

Gustavo Faustino Demétrio², Manuela Karloh³, Grazielle Besen Barbosa⁴, Jessica Aline Ullmann Gutierrez⁵, Guilherme de Oliveira da Silva⁵, Isabela Julia Cristiana Santos Silva⁶

¹ Vinculado ao projeto “Regulações motivacionais e autodeterminação para o exercício físico em pacientes pós infecção por COVID-19”

² Acadêmico (a) do Curso de Fisioterapia - CEFID – Bolsista PROBIC/UDESC

³ Orientadora Departamento de Fisioterapia – CEFID – manuela.karloh@udesc.br

⁴ Mestranda do Programa de Pós-Graduação em Fisioterapia - CEFID

⁵ Acadêmico do Curso de Fisioterapia – CEFID

⁶ Mestre em Fisioterapia - CEFID

Introdução: Para indivíduos acometidos pela COVID-19, retomar as atividades cotidianas e recuperar a funcionalidade pode ser um obstáculo, especialmente para aqueles que enfrentam sintomas persistentes. Para estes, a reabilitação por meio de exercícios físicos pode resultar em melhorias tanto na capacidade de exercício quanto na sensação de dispneia. Além disso, fatores comportamentais podem influenciar na capacidade das pessoas adotarem e sustentarem uma rotina de exercícios, o que pode ser determinante para alcançar uma recuperação da função e reversão dos sintomas persistentes. A Teoria da Autodeterminação (TAD) estuda a motivação do indivíduo para adotar um comportamento, como por exemplo o exercício, destacando a importância de satisfazer as necessidades psicológicas básicas (NPB) para promover um comportamento autodeterminado. Porém, em indivíduos pós infecção por COVID-19, ainda não se sabe se o perfil motivacional para o exercício difere em função da presença de limitação do estado funcional e do nível de atividade física. **Objetivo:** Objetivou-se comparar o perfil motivacional entre diferentes níveis funcionais e de atividade física em indivíduos pós infecção por COVID-19. **Métodos:** Indivíduos que tiveram COVID-19 responderam a um formulário online contendo dados de identificação e clínicos, avaliação da presença ou não de sintomas persistentes, estado funcional (Escala do Estado Funcional Pós - COVID-19), IPAQ, regulações motivacionais para o exercício (Questionário de Regulação do Comportamento para o Exercício Físico – BREQ-3), e NPB para o exercício (Basic Psychological Needs in Exercise Scale - BPNES). As comparações entre os grupos foram por meio dos testes de Kruskal Wallis e U de Mann Whitney com nível de significância de 5%. **Resultados:** participaram 251 indivíduos (75,3% mulheres), $39,7 \pm 12,8$ anos e que tiveram COVID-19 há $14,8 \pm 8,6$ meses. A presença de sintomas persistentes da COVID-19 foi relatada por 53,8% da amostra, com tempo de duração dos sintomas persistentes de $13,9 \pm 7,9$ meses. Indivíduos sem limitação funcional pós-COVID-19 (PCFS 0) apresentam melhor perfil motivacional para o exercício que indivíduos com limitação funcional (PCFS 1, 2, 3/4) demonstrando maiores escores nas formas autônomas de motivação, autodeterminação e NPB ($p < 0,01$ para todos). Os demais resultados da comparação do perfil motivacional em função dos níveis funcionais são apresentados na Tabela 1. Indivíduos irregularmente ativos e sedentários apresentaram-se menos autodeterminados para a prática de exercícios comparados aos ativos e muito ativos ($p < 0,05$). Os demais resultados da comparação do perfil motivacional em função dos níveis de atividade física são apresentados na Tabela 2.

Conclusão: indivíduos com limitação funcional pós-COVID-19 assim como indivíduos com piores níveis de atividade física apresentam pior perfil motivacional para o exercício. Do ponto de vista comportamental pode-se esperar que estes apresentam mais dificuldade para aderir ou manter a prática de exercícios físicos.

Tabela 1 - Regulações motivacionais, autodeterminação e NPB em relação ao estado funcional

	PCFS 0 (n=114)	PCFS 1 (n=70)	PCFS 2 (n=40)	PCFS 3 e 4 (n=27)	P
Amotivação	0,00 [0]	0,00 [0]	0,00 [0,5]	0,00 [0]	0,21
R. Extrínseca	1,00 [1,3]	0,75 [1,5]	1,00 [1,2]	0,75 [0,5]	0,38
R. Introjctada	1,67 [2,0]	2,00 [1,7]	1,50 [1,9]	0,75 [2,0]	0,34
R. Identificada	3,00 [1,1] †	2,90 [1,5]	2,50 [1,4]	1,33 [2,7]	0,01
R. Integrada	3,00 [1,8] * # †	2,25 [1,3]	1,75 [2,0]	2,00 [1,2]	<0,01
R. Intrínseca	3,25 [1,2] * # †	2,75 [1,6] #	2,00 [1,7]	2,50 [1,5]	<0,01
IA	14,9 [7,9] * # †	10,9 [11] #	5,96 [11]	9,50 [9,7]	<0,01
Vínculo	4,00 [1,7] * # †	3,00 [2,3]	2,67 [2,6]	2,00 [2,0]	<0,01
Competência	4,00 [1,5] * # †	2,50 [2,0]	2,13 [1,5]	2,25 [1,5]	<0,01
Autonomia	4,00 [1,7] * # †	3,13 [2,2]	2,50 [1,2]	2,25 [1,7]	<0,01

Variáveis expressas em mediana e intervalo interquartil. PCFS: Escala do Estado Funcional Pós-COVID-19; PCFS 0: nenhuma limitação funcional; PCFS 1: limitações funcionais muito leves; PCFS 2: limitações funcionais leves; PCFS 3: limitações funcionais moderadas; PCFS 4: limitações funcionais graves; NPB: Necessidades Psicológicas Básicas; R: Regulação; IA: Índice de Autodeterminação.

* p<0,05 vs PCFS 1; # p<0,05 vs PCFS 2; † p<0,05 vs PCFS 3 e 4

Tabela 2 - Regulações motivacionais, autodeterminação e NPB em relação ao nível de atividade física determinado

	Muito ativo (n=100)	Ativo (n=74)	Irregularmente ativo + Sedentário (n=65)	P
Amotivação	0,00 [0]	0,00 [0]	0,15 [0]	0,50
R. Extrínseca	0,75 [1,5]	0,75 [1,5]	1,12 [2]	0,30
R. Introjctada	1,67 [2,0]	1,67 [2,0]	1,69 [2]	0,67
R. Identificada	3,00 [1,5]	3,00 [1,5]	2,59 [1,13]	0,07
R. Integrada	2,75 [2,4]	2,63 [1,6]	2,04 [2]*#	0,02
R. Intrínseca	3,00 [1,7]	3,00 [1,5]	2,33 [1,25]*	<0,01
IA	14,3 [9,0]	13,1 [9,3]	9,27 [9,96]*#	<0,01
Vínculo	3,70 [2,3]	3,00 [2,0]	3,07 [2]	0,11
Competência	3,50 [2,3]	3,00 [1,6]	2,91 [2]	0,09
Autonomia	3,90 [2,2]	3,00 [2,2]*	3,13 [2]*	0,02

Valores expressos em mediana e intervalo interquartil. NPB: Necessidades Psicológicas Básicas; IPAQ: Questionário Internacional de Atividade Física; R: Regulação; IA: Índice de Autodeterminação; * p<0,05 vs Muito ativo; # p<0,05 vs Ativo.

Palavras-chave: Motivação. Exercício. COVID-19