

Índice

Resumo	I
Índice	III
CAPÍTULO I.....	1
1- Introdução	1
1.1 Organização do Trabalho	4
CAPÍTULO II.....	6
2- Revisão da Literatura	6
2.1 Processo de Envelhecimento	6
2.2 Exercício Físico nos Idosos	9
2.3 Orientações Gerais para prescrição de programas de exercício físico no idoso	15
2.4 Proteína C-Reactiva e o risco de doenças cardiovasculares.....	18
CAPÍTULO III	26
3- Metodologia	26
3.1 Caracterização da Amostra	26
3.2 Instrumentos	27
3.2.1 Para a caracterização da amostra	27
3.2.2 Para a recolha das amostras sanguíneas	28
3.2.3 Para procedimentos estatísticos	28
3.3 Procedimentos Metodológicos	28
3.4 Análise Estatística	29
CAPÍTULO IV	30
4- Apresentação e Discussão dos Resultados	30
4.1 Análise do Parâmetros Avaliados.....	30
4.2 Análise da correlação entre os diferentes factores de risco avaliados e os níveis de PCR no sangue.....	35
CAPÍTULO V	39
5- Conclusões e Recomendações	39
5.1 Conclusões	39

5.2 Recomendações	40
CAPÍTULO VI	42
6- Referências Bibliográficas	42

Índice de Tabelas

Tabela III-1: Número de Indivíduos (N), Média (X) e Desvio Padrão (\pm dp) das idades.....	26
Tabela III-2: Número de Indivíduos (N), Média (X) e Desvio Padrão (\pm dp) das idades de cada subgrupo.....	27
Tabela IV-1: Média e Desvio Padrão das variáveis em estudo nos 3 subgrupos etários definidos.....	31
Tabela IV-2: Comparação dos valores dos diferentes factores de risco nos 3 Sub-grupos etários.....	32
Tabela IV-3: Comparação dos valores dos diferentes factores de risco.....	33
Tabela IV-4: Comparação dos valores dos diferentes factores de risco entre sujeitos com -0.50mg/dL e +0.50mg/dL de PCR.....	34
Tabela IV-5: Correlação entre os vários Factores de Risco e os níveis de PCR.....	35
Tabela IV-6: Correlação entre os vários Factores de Risco e os níveis de PCR nos diferentes Subgrupos de Mulheres.....	36

Anexos

Anexo A: Tratamento Estatístico