

Caminhar pode ajudar no combate a infecções em doentes renais



Um **número moderado de exercícios físicos pode ajudar doentes renais** a evitar infecções e problemas cardiovasculares, concluiu estudo publicado por uma equipe de pesquisadores da Unidade de Investigação Biomédica sobre Dieta, Atividade Física e Estilo de Vida de Leicester-Loughboroug.

Após seis meses de caminhadas de meia hora, cinco dias por semana, as 20 pessoas observadas tinham os **sistemas imunológicos** mais fortes, em comparação com o mesmo número de pessoas sem essa atividade física, menciona artigo publicado no Jornal da Sociedade Americana de Nefrologia (ramo da medicina que estuda os rins e o tratamento de doenças renais).

O pesquisador português, João Viana, que participou do trabalho, disse que o estudo foi feito com pacientes que têm **doença crônica renal em estado avançado**, que necessitam de diálise ou transplante de rim e quando o risco de infecções com consequências cardiovasculares é maior.

Embora essa terapêutica não tenha impacto direto na doença, “os benefícios são imensos”, pois podem **melhorar a qualidade de vida** e o declínio da condição física desses doentes, disse Viana, que trabalha atualmente na Escola de Desporto, Exercício e Ciências da Saúde da Universidade de Loughborough, em parceria com o hospital de Leicester.

Os resultados do estudo contribuem para a teoria de que “o exercício físico tem um potencial anti-inflamatório”, não tendo sido encontrados sinais de que possa ser prejudicial ao sistema imunológico, enfatizou.

O trabalho foi feito por meio de parceria entre a Universidade de Loughborough e os hospitais universitários de Leicester, que estudam o papel do exercício físico na gestão e prevenção de doenças crônicas.

Fonte: Agência Brasil