



O TREINAMENTO DE NATAÇÃO COMO RECURSO NÃO FARMACOLÓGICO PARA O CONTROLE DA ASMA

WANDERSON BATISTA DOS SANTOS; ADERMIR SCHMIDT
wanderson-educacaofisica@outlook.com

Objetivo: Verificar, através de auto relato, as alterações percebidas por asmáticos submetidos ao treinamento de natação. **Método:** Com um estudo classificado como descritivo, foi estruturado por meio de um questionário semiestruturado dirigido a pessoas com asma que realizam ou realizaram o treinamento da natação por pelo menos quatro meses. Participaram da pesquisa 21 voluntários, s **Resultados:** Os resultados desta pesquisa foram positivos, pois os indivíduos asmáticos apresentaram melhoras relevantes após terem sido submetidos a um período de treinamento. O treinamento proporcionou alterações benéficas ao organismo, auxiliando assim numa modifi **Conclusão:** Percebemos que após a realização do treinamento da natação todos os voluntários da pesquisa possuem um estado de controle positivo, sendo a maioria com asma controlada e outra minoria com a asma parcialmente controlada. Assim, conclui-se que o treinamento

Palavras-chave: Treinamento De Natação,. Recurso Não Farmacológico,. Asma,