



EFEITOS DO TREINAMENTO AERÓBICO SOBRE AS VARIÁVEIS HEMODINÂMICAS EM PACIENTES PORTADORES DE INSUFICIÊNCIA CARDÍACA¹

Calini Capeletti², Laura Rahmeier³, Eliane Roseli Winkelmann⁴

Introdução: A insuficiência cardíaca pode ser definida como o estado de incapacidade do coração em suprir as necessidades metabólicas do indivíduo. Caracteriza-se como uma síndrome que cursa usualmente com um estado progressivo de intolerância ao exercício, causando manifestações clínicas como a fadiga e a dispnéia. **Objetivos:** Verificar os efeitos do treinamento aeróbico sobre as variáveis hemodinâmicas em pacientes portadores de insuficiência cardíaca. **Metodologia:** A amostra foi constituída de 4 indivíduos portadores de insuficiência cardíaca, de ambos os gêneros, idade entre 48 e 78 anos, peso, estatura e índice de massa corporal, relação cintura-quadril média de 78,5±14,01; 163,5±9,46; 29,25±3,47; 0,94±0,02, respectivamente, usuários da Unidade de Saúde do Bairro Herval, no município de Ijuí/RS. O treinamento aeróbico foi realizado em esteira ergométrica durante oito semanas, com uma frequência semanal de três vezes, iniciando com tempo de 20 minutos sendo acrescidos cinco minutos a cada semana, totalizando 55 minutos. Cada sessão foi composta pela verificação dos sinais vitais em repouso durante e no final, alongamentos gerais de membros superiores e inferiores, cinco minutos de aquecimento, condicionamento físico, cinco minutos de desaquecimento e alongamentos finais. A prescrição do exercício aeróbico foi realizada através da escala analógica de Borg em nível moderado a pouco intenso. Foram realizados a coleta das variáveis hemodinâmicas da pressão arterial sistólica (PAS), pressão arterial diastólica (PAD) e frequência cardíaca (FC) em repouso, ou seja, antes do início de cada sessão e durante o pico do exercício aeróbico, os quais foram captados 10 min antes de finalizar o treinamento. **Resultados:** Na análise dos resultados observou-se que o treinamento aeróbico não exerceu influência sobre estas variáveis em pacientes IC. Com relação a PA, não observou-se redução significativa na pressão arterial sistólica de repouso (117±11 x 119±5, p=0,13) e no pico do exercício (127±15 x 127±2,5, p=0,5). Em relação à pressão arterial diastólica, não ocorreu redução no repouso nem no pico (73±9,3 x 71±14,3 p=0,20; 78±16,8 x 76±16,6, p=0,18). Quanto a FC ocorreram variações significativas no aumento (68,8±3,55 x 74,7±3,66, p=0,02; 88,3±4,78 x 98±1,2, p=0,002), tanto em repouso como no pico do exercício. **Conclusão:** Neste estudo o treinamento aeróbico não exerceu influência na redução das variáveis hemodinâmicas em repouso e no pico do exercício.

¹ Pesquisa vinculada ao trabalho de conclusão do curso de Fisioterapia da Unijuí.

² Aluno do curso de Fisioterapia, da UNIJUI.

³ Aluno do curso de Fisioterapia, da UNIJUI.

⁴ Docente do curso de Fisioterapia, da UNIJUI.