

## A IMPORTÂNCIA DOS PROGRAMAS DE EXERCÍCIO PÓS-INFARTO

Congresso Online Brasileiro de Medicina, 3ª edição, de 29/11/2022 a 01/12/2022  
ISBN dos Anais: 978-65-5465-003-8

**ANDRADE; Gustavo Medeiros**<sup>1</sup>, **GONÇALVES; Beatriz Caldas**<sup>2</sup>, **MOREIRA; Humberto Graner**<sup>3</sup>

### RESUMO

**INTRODUÇÃO:** O risco cardiovascular é medido dentre diversos parâmetros, que abrangem comorbidades e hábitos de vida do paciente. Dentre eles, a prática de exercícios físicos é um fator de extrema importância, visto que reduz o risco de mortalidade cardiovascular na população em geral em 30%-50%, e a mortalidade por qualquer causa em 20%-50%. Para os cardiopatas em programas de reabilitação cardíaca, observa-se uma redução de 13% no risco de mortalidade. Esses programas têm se consolidado cada vez mais como uma forma terapêutica segura com o intuito de aumentar o ganho físico e o condicionamento de pacientes cardiológicos, culminando em uma melhora da qualidade de vida e um aumento da sobrevida. Dessa forma, torna-se necessário o estudo das consequências desses programas de exercícios físicos principalmente após eventos cardíacos que apresentam um pior prognóstico, como infarto agudo do miocárdio (IAM). **OBJETIVOS:** Avaliar a importância dos programas de exercícios pós-IAM. **METODOLOGIA:** Trata-se de um revisão integrativa da literatura, com pesquisa na base de dados online PubMed. Foram utilizados os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) “Cardiac Rehabilitation” e “Myocardial Infarction”, unidos entre si pelo operador booleano AND. Para o estudo, adotaram-se como critérios de inclusão artigos que expressam seus resultados de forma objetiva, nas línguas inglesa ou portuguesa, a partir do ano de 2020. Como critérios de exclusão, eliminaram-se artigos não originais e que não abrangiam o tema da forma elucidada. Ao final da pesquisa, foram selecionados 7 artigos. **RESULTADOS:** O IAM pode induzir alterações na morfologia ventricular, levando a remodelação ventricular adversa, a qual é o principal fator para o desenvolvimento futuro da disfunção ventricular. Essa remodelação é um fator preditor de mortalidade pós-IAM, sendo regulada pela prática de exercícios voltados para a retomada da saúde cardiovascular, priorizados nos programas de reabilitação cardíaca. Pacientes submetidos a exercícios pós-IAM apresentam a relação entre a espessura posterior diastólica do ventrículo esquerdo e o diâmetro diastólico do ventrículo esquerdo preservada, enquanto aqueles que se mantêm sedentários após síndromes coronarianas agudas apresentam essa relação reduzida. Isso prova a preservação da geometria do ventrículo esquerdo ofertada pela prática da reabilitação cardíaca e uma melhora significativa na sobrevida dos pacientes vítimas de IAM. O treinamento aeróbico está associado a menor expressão de receptores beta-adrenérgicos, que predizem o prognóstico em pacientes com maior área de infarto. Ademais, a reabilitação melhora

<sup>1</sup> Universidade Federal de Goiás, gustavomedeiros@discente.ufg.br

<sup>2</sup> Universidade Federal de Goiás, beatrizgoncal@outlook.com

<sup>3</sup> Universidade Federal de Goiás, humbertograner@uol.com.br

diversas variáveis relacionadas ao prognóstico e capacidade funcional, além dos parâmetros ecocardiográficos da remodelação ventricular e biomarcadores. **CONCLUSÃO:** Sendo assim, nota-se a relevância do exercício físico no contexto pós-IAM, de modo que sua prática possibilita a preservação da estrutura ventricular esquerda. Portanto, levando em consideração o fato de o IAM ser uma doença altamente prevalente, é imprescindível que existam fatores de melhora prognóstica, como um programa efetivo de exercício físico.

**PALAVRAS-CHAVE:** Exercício Físico, Infarto do Miocárdio, Reabilitação Cardíaca

<sup>1</sup> Universidade Federal de Goiás, gustavomedeiros@discente.ufg.br

<sup>2</sup> Universidade Federal de Goiás, beatrizgoncal@outlook.com

<sup>3</sup> Universidade Federal de Goiás, humbertograner@uol.com.br