

AUSENCIA DE EFETIVIDADE DA RECOMENDACAO DE EXERCICIO DINAMICO NO CONTROLE DA HAS. M Bredemeier, JR Lessa, L Golbert, EF Carvalhal, SC Gonçalves, GA Rosito, WD Moreira, FD Fuchs. Programa de Farmacologia Clínica - HCPA-UFRGS.

O exercício físico não tem se mostrado eficaz em ensaios clínicos como medida anti-hipertensiva, entretanto, a recomendação de aumentar a atividade física ainda não foi analisada. Com o objetivo de avaliar a efetividade desta recomendação anti-hipertensiva, seguiu-se uma coorte ambulatorial de 426 hipertensos (67% do sexo feminino), com média de idade de 51,6 anos. O nível de adesão, informado pelos pacientes, foi pleno (n=133), parcial (n=130) ou nulo (n=163). Na avaliação inicial, as médias de pressão arterial em mmHg foram de 157/96, 161/97 e 159/98, respectivamente. Após 3 meses de acompanhamento, as pressões arteriais foram de 153/93, 153/93 e 156/96, não sendo constatadas diferenças (MANOVA: $P > 0,05$). O efeito isolado desta recomendação e a influência de possíveis fatores de confusão (idade, obesidade, ingesta salina e antihipertensivos) foram analisados através de REGRESSAO LOGISTICA. Seguir ou não a indicação de caminhar não influenciou na mudança de estágio de pressão arterial ($P > 0,05$). Concluindo, não houve efetividade da recomendação de exercício físico como medida anti-hipertensiva não farmacológica isolada.