



Evento	Salão UFRGS 2020: SIC - XXXII SALÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA UFRGS
Ano	2020
Local	Virtual
Título	Treinamento físico combinado em pacientes pós-transplante cardíaco muito recente
Autor	GABRIEL CARVALHO
Orientador	RICARDO STEIN

Treinamento físico combinado em pacientes pós-transplante cardíaco muito recente.

Introdução: O treinamento físico é estratégia eficaz na promoção da saúde em pacientes submetidos à transplante cardíaco (TxC). No entanto, pouco se sabe sobre o efeito do treinamento físico combinado (TFC) em indivíduos pós-TxC muito recente (menos de 3 meses).

Objetivo: Avaliar o impacto do TFC através de diferentes variáveis do Teste Cardiopulmonar de Exercício (TCPE) em pacientes pós-TxC muito recente.

Métodos: Série de casos. TCPE foi realizado antes e após 36 sessões de TFC. As sessões foram realizadas duas vezes por semana e as variáveis ajustadas a cada microciclo. A parte principal das sessões compreendeu exercício aeróbico em esteira e exercícios de força em moderada intensidade controlada pela percepção subjetiva de esforço (Escala de BORG e Escala de OMNI, respectivamente), complementados por alongamentos. A duração das sessões variou conforme periodização, atingindo até uma hora e trinta minutos.

Resultados: Foram avaliados quatorze pacientes, oito homens (57%), com idade média de 48 ± 13 anos e índice de massa corporal de $25,8 \pm 3,6$. O treinamento começou em média 68 dias pós-TxC.

Tabela 1. Variáveis do TCPE antes e após o TFC

Variáveis TCPE	Pré-TFC	Pós-TFC
VO ₂ pico (mL.Kg ⁻¹ .min ⁻¹)	17,3 ± 3,4	21,4 ± 3,8*
FC pico (bpm)	133 ± 14	150 ± 11*
Pulso de Oxigênio (bat/mL)	9,6 ± 1,6	10,9 ± 1,7*
R	1,29 ± 0,1	1,31 ± 0,1
OUES	1,234 ± 0,25	1,483 ± 0,31*
Inclinação VE/VCO ₂	38 ± 4,2	36,1 ± 5,1
FC de reserva (bpm)	38 ± 11	52 ± 10*
FC de recuperação (bpm)	5 ± 4	2 ± 7

TCPE: teste cardiopulmonar do exercício; TFC: treinamento físico combinado; VO₂: consumo de oxigênio; FC: frequência cardíaca; VE: ventilação; R: quociente respiratório; OUES: relação entre o consumo de oxigênio e o logaritmo na base 10 da ventilação; Inclinação VE/VCO₂: relação entre a ventilação e a produção de dióxido de carbono. *P<0,05.

Conclusão: Após 36 sessões de TFC, observamos melhora acentuada no VO₂ pico concomitante a uma maior frequência cardíaca de reserva, aumento no pulso de oxigênio de pico e potencial melhora na eficiência ventilatória. Ademais, neste experimento de eficácia, o TFC foi bem tolerado em pacientes pós-TxC muito recente (Suporte: FIPE, CAPES e CNPq).

Autores:

Aluno de Iniciação Científica: Gabriel Carvalho

Orientador: Professor Ricardo Stein