

Consumo de oxigênio após 12 semanas de um programa de Tai Chi Chuan em pacientes pós infarto do miocárdio recente não complicado: ensaio clínico randomizado.

Nery RM, Zanini M, Zucatti ATN, Menezes MG, Schmitt R, Ferrari JN, Lima JB, Stein R.

Grupo de pesquisa em cardiologia do exercício- CARDIEX- HCPA/UFRGS

Introdução: Grande parte dos pacientes com infarto do miocárdio recente (IMr) refere diminuição da capacidade funcional, a qual é expressa pela redução objetiva no consumo de oxigênio máximo (VO_{2max}) obtido em teste cardiopulmonar de exercício (TCPE). Até a presente data nenhum estudo avaliou o efeito do treinamento com Tai Chi Chuan (TCC) sobre a capacidade aeróbica em pacientes pós IMr.

Objetivo: Avaliar o impacto do TCC sobre o VO_{2max} em pacientes pós IMr não complicado.

Material e métodos: Ensaio clínico randomizado com 41 pacientes recrutados em 2 hospitais públicos brasileiros. Todos realizaram TCPE máximo em esteira entre 14 e 21 dias pós IMr (TCC = 18; Controle (C) = 23). A idade média foi de 59 ± 10 anos no grupo TCC e 58 ± 9 anos no C. Já o IMC foi de $26,09 \pm 3,93$ no grupo TCC e $27 \pm 2,73$ no C. O grupo TCC praticou 3 aulas semanais de 60 min (estilo Yang) e o C participou de 2 aulas semanais de alongamentos, ambos acompanhados por 12 semanas.

Resultados: Os grupos apresentaram um efeito de interação ao longo do tempo. Enquanto o grupo TCC aumentou o VO_{2max} de 21,2 para 24,9 $mL.kg^{-1}.min^{-1}$ com 95%IC (18,899-23,481) e (22,643-27,210) respectivamente. O grupo C diminuiu de 22,1 para 20,2 $mL.kg^{-1}.min^{-1}$ com 95%IC (20,075-24,129) e (18,208-22,249) respectivamente; $P < 0,0001$ intergrupos pós 12 semanas.

Conclusões: O treinamento com TCC promoveu aumento significativo no VO_{2max} em pacientes pós IMr, podendo servir como uma alternativa atraente a ser incorporada no programa de reabilitação destes indivíduos.

(Apoio FIPE/HCPA e CNPq).