

193

A UTILIZAÇÃO DO EXERCÍCIO FÍSICO COMO INSTRUMENTO DE REABILITAÇÃO NA INSUFICIÊNCIA CARDÍACA. *Rafaela Siqueira, Marina Caspary da Silveira, Jerri Luis Ribeiro, Maristela Padilha de Souza Rabbo (orient.) (IPA).*

Introdução: Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS) no ano de 2040 metade dos óbitos no mundo estarão relacionados às doenças cardiovasculares. A Insuficiência Cardíaca (IC) é uma doença multifatorial, sendo que no Brasil, existem cerca de 2 milhões de pacientes com uma incidência de 240 mil novos casos por ano. Apesar dos avanços tanto da área médica quanto farmacológica, esta síndrome é responsável por altos índices de morbimortalidade da população. **Objetivos:** Verificar a relação do exercício físico como um fator relevante no tratamento da Insuficiência Cardíaca (IC). **Métodos e Resultados:** Foi realizada uma revisão bibliográfica, onde foram levantados os principais dados relativos ao desenvolvimento da IC, como também a utilização do exercício físico como elemento integrante de um programa tanto de prevenção como de reabilitação da IC. A Insuficiência Cardíaca é multifatorial podendo ser desencadeada por diversas disfunções cardiovasculares, resultando em anomalias anatomo-funcionais do miocárdio. A diminuição da perfusão tecidual induzida pela IC, gera fadiga precoce e intolerância ao exercício. Evidências demonstram que um programa de exercício físico regular e orientado é capaz de incrementar a capacidade funcional melhorando a qualidade de vida e diminuindo deste modo, a morbidade e mortalidade do indivíduo. Segundo a Sociedade Brasileira de Cardiologia e a Associação Médica Brasileira, a utilização do treinamento físico em programas de Reabilitação Cardiopulmonar e Metabólica (RCPM) possui nível de *evidência 1* e *grau A* de recomendação. **Conclusão:** A utilização do exercício físico, como tratamento não-farmacológico, assim como coadjuvante ao farmacológico, atua de forma positiva tanto na prevenção como na diminuição da morbi-mortalidade de indivíduos portadores de IC. Apesar destas evidências, existem poucas informações com relação a protocolos de treinamento adequados a esta população.