

Estudos do Movimento Humano e Saúde

REABILITAÇÃO CARDÍACA BASEADA EM EXERCÍCIO FÍSICO APÓS CIRURGIA DE REVASCULARIZAÇÃO MIOCÁRDICA. O QUE É MAIS IMPORTANTE: O TIPO OU O TEMPO DE TREINAMENTO? UMA REVISÃO SISTEMÁTICA E META-ANÁLISE

Mateus da Costa Monteiro; Cândido Celso Coimbra

E-mail: mateusdcmonteiro@gmail.com

Financiamento: CNPq e CAPES

A Síndrome Coronariana Aguda é a maior causa de morbimortalidade no mundo. A cirurgia de revascularização do miocárdio (CRVM) é o principal método invasivo para o tratamento desta condição. Desta forma, esta revisão sistemática e metanálise teve por objetivo analisar os efeitos da reabilitação cardíaca baseada em exercício físico (RC) após a CRVM no desempenho físico. Para isto, a pesquisa bibliográfica foi realizada de acordo com as diretrizes do PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analysis*). A pesquisa foi realizada nas seguintes bases de dados: PubMed, Web of Science, MEDLINE e ProQuest utilizando combinações dos seguintes descritores: *myocardial revascularization, exercise, exercise-based rehabilitation, exercise-based cardiac rehabilitation, cardiac rehabilitation, physical training, physical exercise, exercise rehabilitation, physical activity and cardiorespiratory fitness*. Após o processo de seleção, foram incluídos 15 estudos na revisão sistemática. Na metanálise, foram incluídos 11 estudos (39 *trials* e 3865 indivíduos). Estes estudos foram agrupados para análise de acordo com o tipo de treinamento: combinado, aeróbio e treinamento intervalo de alta intensidade; e com a duração do treinamento: menor que 8 semanas e entre 8-12 semanas. Foi demonstrado que a RC aumentou significativamente o desempenho físico após a CRVM, com tamanho de efeito moderado (0,75; IC 95%: 0,62-0,88; $p < 0,05$). O treinamento combinado foi o tipo de treinamento que apresentou maior tamanho de efeito (1,04; IC 95%: 0,70-1,38; $p < 0,05$). Assim como o treinamento com duração de 8-12 semanas (1,20; IC 95%: 0,87-1,53; $p < 0,05$). Os resultados desta revisão sistemática e metanálise indicam que a RC aumenta o desempenho físico após CRVM. Recomenda-se que a prescrição da RC para estes pacientes enfatize o treinamento combinado com duração de 8-12 semanas, que foram mais efetivos em aumentar o desempenho físico.

Palavras-chave: Treinamento. Reabilitação. Cirurgia Cardíaca.