



## **EFEITOS DO TREINAMENTO AERÓBIO SOBRE A CAPACIDADE FUNCIONAL DE INDIVÍDUOS CARDIOPATAS: UMA REVISÃO DE LITERATURA**

**CRISTIANE LOPES DA CRUZ**

[cristiane2100@gmail.com](mailto:cristiane2100@gmail.com)

Este trabalho é uma revisão bibliográfica que descreve as doenças cardiovasculares como sendo à causa de morte tanto no Brasil quanto no mundo. De acordo com o Ministério da Saúde do Brasil, representa um terço de óbitos totais do país. A prática de exercício físico aeróbio de forma regular tem se mostrado intimamente associada à significativa redução de morbidade e mortalidade dos pacientes com doenças cardiovasculares. Os objetivos são de realizar uma revisão bibliográfica acerca dos benefícios do treinamento aeróbio em pacientes cardiopatas e a influência desta prática de atividade sobre a funcionalidade destes pacientes. A metodologia do presente estudo baseou-se em um levantamento literário científico, tendo como fonte artigos científicos nas bases de dados PUBMED (National Library of Medicine) e LILACS (Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde) e SCIELO (Scientific Electronic Library Online). Para os artigos incluídos nos resultados, a pesquisa foi limitada a trabalhos publicados no período de 1993 a 2012, nos idiomas: português e inglês, sendo incluídos os artigos científicos sobre treinamento aeróbio em pacientes cardiopatas. Concluiu-se com o estudo, que mesmo os pacientes cardiopatas apresentando inúmeras alterações miocárdicas, hemodinâmicas e metabólicas, o treinamento aeróbio interfere de forma eficiente sobre a condição física, controlando os fatores de risco cardiovasculares, melhorando o condicionamento físico e a capacidade funcional.

**Palavras-chave:** Mobilidade Ocupacional. Exercício. Cardiopatia.