Anais do Semana de Ciência e Tecnologia da PUC Goiás 2014
Disponível em: http://pucgoias.edu.br/ucg/prope/pesquisa/anais/2015/index.htm
ISSN: 2177-3327

OS BENEFÍCIOS DO EXERCÍCIO AERÓBIO EM PACIENTES COM INSUFICIÊNCIA CARDÍACA- REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

JÉSSICA ROSA DE SOUZA; GIULLIANO GARDENGHI; FABÍOLA MARIA FERREIRA DA SILVA
jessy._.souza@hotmail.com

INTRODUÇÃO: A insuficiência cardíaca (IC) é uma síndrome clínica caracterizada por disfunção cardíaca que ocasiona inadequado suprimento sanguíneo para atender as demandas do organismo. Os pacientes acometidos apresentam redução do débito cardíaco que influência diretamente na capacidade física. O treinamento físico (TF) e principalmente o exercício aeróbio (EA) são peças essenciais no tratamento da IC, influenciando no desenvolvimento do consumo de oxigênio (VO2 máximo), função do sistema nervoso autônomo vascular, sendo altamente efetivo na melhora dos fatores de risco associados a distúrbios cardíacos, promove melhora significativa da fração de ejeção, da função do sistema músculo-esquelético e principalmente no sistema cardiorrespiratório, ou seja, age na evolução e efetividade da capacidade de exercício. Ainda favorece a qualidade de vida e influência positivamente no aspecto emocional com problemas relacionados à ansiedade e depressão, pelo simples fato dos pacientes se sentirem menos limitados frente a atividades cotidianas, o que reduz a quantidade de internações e maiores eventos clínicos relacionados a IC. OBJETIVO: Mostrar a importância e os benefícios adquiridos com o exercício físico global e principalmente do treinamento aeróbio no sistema cardiovascular. MÉTODO: Foram analisados estudos que utilizavam o exercício físico como tratamento em pacientes com IC, através de revisão da literatura nos bancos de dados do PubMed, Lilacs, Scielo e Google Academic. Excluídos estudos que não apresentavam pacientes com IC, tratamento fisioterapêutico não baseado em exercício e estudos com mais de dez anos de publicação. As palavras chaves usadas na pesquisa foram: insuficiência cardíaca, exercício físico e exercício aeróbio. CONSIDERAÇÕES FINAIS: A quantidade de estudos e pesquisas demonstrando os inúmeros benefícios e ganhos funcionais com o exercício físico na reabilitação cardíaca evidenciando a necessidade e adesão destes recursos como forma de tratamento em pacientes com IC. O TF e principalmente o EA são tratamentos não farmacológicos altamente satisfatórios no programa de reabilitação cardíaca em pacientes com IC.

Palavras-chave: Insuficiência Cardíaca. Exercício Físico. Exercício Aeróbio.