

Impacto Após Treinamento Físico na Insuficiência Cardíaca

RESUMO

Referencial: O exercício físico tem demonstrado importantes benefícios cardiovasculares nos pacientes com insuficiência cardíaca (IC) com fração de ejeção ventricular esquerda (FEVE) reduzida. O treinamento aeróbico intervalado de alta intensidade (TIAI) tem apontado melhores respostas quando comparado ao treinamento contínuo de moderada intensidade (TCMI). Contudo, há divergências quanto à determinação das intensidades aplicadas aos exercícios, de modo que as respostas encontradas podem estar subestimadas. **Objetivo:** Avaliar o efeito do TIAI versus TCMI, com intensidades guiadas pelos limiares ventilatórios, sobre a capacidade funcional e função cardiovascular. **Métodos:** Um total de 42 participantes com IC e FEVE $\leq 40\%$ serão randomizados em dois grupos de treinamento (TIAI e TCMI). A intervenção com exercício será de 12 semanas, com duas sessões semanais. Treinamento de força intervalado será adicionado em cada sessão para ambos os grupos. O objetivo principal será comparar a capacidade funcional medida pelo consumo de O_2 (VO_2 pico) entre os grupos de treinamento. As avaliações de capacidade funcional pelo teste cardiopulmonar de exercício (TCPE), função cardíaca com *strain* miocárdico, função endotelial, controle autonômico cardíaco, função pulmonar, comportamento da pressão arterial nas 24h, carga de arritmias, testes funcionais, qualidade de vida, força muscular, composição corporal e inquérito nutricional serão realizadas inicialmente, após a 6ª e a 12ª semanas de treinamento. **Discussão:** O estudo avaliará o efeito das modalidades de treinamento no sistema cardiovascular e no desempenho funcional de pacientes com IC e FEVE reduzida. Alterações precoces poderão ser detectadas na análise da função cardíaca pelo *strain* miocárdico através do ecocardiograma. Além disso, uma análise secundária poderá identificar características dos pacientes que respondem melhor a cada modalidade de treinamento.

Palavras chaves: Insuficiência cardíaca, exercício, ergoespirometria, capacidade funcional, *strain* miocárdico, variabilidade da frequência cardíaca, função endotelial, treinamento intervalado de alta intensidade.