**EFEITOS DO EXERCÍCIO FÍSICO EM PACIENTES ADULTOS COM HIPERTENSÃO PULMONAR: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

Kethylen Heloisa Nascimento de Lima¹, Alice Gabriella da Silva Monteiro², Larissa da Silva França², Maria Beatriz de Macedo Oliveira², Joceline Cássia Ferezini de Sá³.

1. Departamento de Fisioterapia, Universidade Federal do Rio Grande do Norte

2. Departamento de Fisioterapia, Universidade Federal do Rio Grande do Norte

3. Departamento de Fisioterapia, Universidade Federal do Rio Grande do Norte

Autor correspondente: kethylenheloisa@hotmail.com

**Introdução**: A hipertensão arterial pulmonar (HAP) é uma síndrome clínica e hemodinâmica que resulta no aumento da resistência vascular na pequena circulação, o que eleva os níveis pressóricos na circulação pulmonar (PAPm) além de 20 mmHg. Com o aumento da resistência vascular pulmonar, há uma maior sobrecarga no ventrículo direito, com progressiva dilatação e disfunção, o que pode resultar em insuficiência ventricular direita. Os mecanismos fisiopatológicos envolvidos no aumento da PAPm são variados; dessa forma, a Organização Mundial da Saúde (OMS) classificou a HAP em cinco subgrupos com mecanismos fisiopatológicos similares, apresentação clínica, características hemodinâmicas e abordagem terapêutica. A HAP é uma doença rara, sendo a incidência global estimada em cerca de 2 a 5 casos por cada milhão de adultos. De modo geral, as manifestações clínicas da HP incluem dispneia progressiva, fadiga crônica, tontura, fraqueza, angina, estase jugular, cianose, pré síncope e síncope. Essa sintomatologia resulta em intolerância ao exercício físico, afeta as atividades da vida diária e a qualidade de vida dos indivíduos. O Protocolo Clínico e Diretrizes Terapêuticas (PCDT) para Hipertensão Pulmonar recomenda o exercício físico, preferencialmente supervisionado, como uma das estratégias utilizadas no tratamento da doença, adjuvante à terapia farmacológica. **Objetivo**: Analisar os possíveis efeitos do exercício físico em adultos com hipertensão arterial pulmonar. **Método**: O estudo consiste em uma revisão integrativa, cujo os artigos foram extraídos da base de dados *PubMed*, através dos seguintes descritores: “pulmonary hypertension” e “exercise training”. Foi adotado como critério de inclusão artigos publicados nos últimos 5 anos, em inglês ou português, do tipo ensaio clínico controlado e randomizado e que atendiam ao objetivo desta pesquisa. No total foram encontrados 60 resultados, dos quais foram selecionados 12 por leitura de títulos e reduzidos a 5 por leitura de resumos. **Resultados:** Oexercício físico, sobretudo aeróbico, em intensidade leve a moderada, está associado a melhorias significativas na complacência arterial pulmonar, débito cardíaco, resistência vascular pulmonar, função do ventrículo direito e consumo máximo de oxigênio (VO2máx) no pico do exercício. Concomitantemente, o exercício físico melhorou significativamente a capacidade funcional, aspectos psicológicos e qualidade de vida relacionada à saúde. Apenas um estudo analisou os efeitos do exercício aeróbico em intensidade vigorosa e foi observado uma diminuição na pós-carga ventricular esquerda após o treinamento; portanto, o exercício vigoroso pode desempenhar um papel na preservação da função diastólica do ventrículo esquerdo que, assim como no ventrículo direito, tende a diminuir com a progressão da doença. Todavia, são necessários mais estudos para comprovar a segurança do exercício em intensidade vigorosa para essa população. **Conclusão**: O exercício físico, em intensidade leve a moderada, adjunto ao tratamento medicamentoso, gera efeitos notadamente benéficos em pacientes adultos com hipertensão pulmonar clinicamente estáveis e deve ser realizado idealmente de modo supervisionado.

**Palavras-chave:** Anatomia; Hipertensão pulmonar; Exercício físico.