

## EFEITOS DE UM PROGRAMA DE EXERCÍCIO FÍSICO COMBINADO SOBRE A FUNÇÃO CARDÍACA E A CAPACIDADE FUNCIONAL DE PACIENTES COM INSUFICIÊNCIA CARDÍACA

**Introdução:** Os benefícios da prática de exercícios físicos em pacientes com insuficiência cardíaca(IC) são reconhecidos pela literatura, porém os fatores responsáveis pelos benefícios são motivo de controvérsia. **Objetivos:** Verificar o efeito de um programa de exercício físico combinado(EFC) sobre a função ventricular esquerda e sobre a capacidade funcional(CF) em pacientes com IC. **Métodos:** Ensaio clínico longitudinal, de 82 voluntários com IC isquêmica de fração de ejeção do ventrículo esquerdo(FEVE) reduzida, randomizados em: Grupo Controle(GC)n=41:realizaram atividade física de rotina e Grupo Intervenção(GI)n=41:submetidos ao programa de EFC supervisionado (exercícios aeróbico e de força) três vezes na semana, por 16 semanas. Os grupos foram submetidos: ecocardiograma transtorácico e teste de caminhada Cooper 12 minutos no início e final do protocolo. As comparações entre grupos foram realizadas pelo teste “t” de Student, e entre momentos pelo teste t pareado. As associações foram analisadas pelo coeficiente de correlação de Spearman.Nível de significância:p<0,05. **Resultados:** Houve melhora no GI no momento pós em relação ao pré-treino e em relação ao GC, respectivamente, nas variáveis ecocardiográficas: FEVE(p<0,001/p<0,001); velocidade sistólica mitral ao Doppler tissular(ondaS)(p<0,001/p=0,001); volume do átrio esquerdo indexado(VAEi)(p<0,001/p<0,001) e razão entre ondas E/e'(p=0,002/p<0,001). Houve melhora na distância percorrida no GI tanto em relação ao pré-treino (p<0,001) quanto ao GC(p<0,001). Foi observada associação entre FEVE e distância percorrida(r=0,673;p<0,001); entre ondaS e distância percorrida(r=0,491;p<0,001). Houve associação entre VAEi e distância percorrida(r=-0,459;p<0,001); entre razão E/e' e distância percorrida(r=-0,323;p=0,003). **Conclusões:** Um programa de EFC supervisionado em pacientes com IC proporciona melhora das funções sistólica e diastólica do VE, e melhora da CF.Apoio:FAPESP:2016/04959-9.

Não há conflitos de interesse nesta apresentação