


O que se lê sobre Ergometria e Reabilitação... Hoje

 Dra. Andréa London
Presidente do DERCAD/RJ



Exercício e apneia do sono

Desordens respiratórias do sono estão associadas a aumento do risco cardiovascular e mortalidade por todas as causas. O tratamento com pressão positiva contínua na via aérea (CPAP) pode reduzir este risco, embora a aderência ao uso crônico seja sub-ótima. Estudos epidemiológicos mostram que o sedentarismo está relacionado ao agravamento da apneia do sono, ao passo que a prática regular de exercício está associada à redução da incidência de desordens respiratórias do sono, desempenhando importante papel na modulação da gravidade destes distúrbios. Os efeitos do exercício neste contexto parecem ser, em grande parte, mediados por modificações no biotipo, embora outros efeitos benéficos ocorram em associação.

Awad KM, Malhotra A, Barnett J et al. The American Journal of Medicine. 2012; 125(3):485-490.



Teste de caminhada de 6 minutos e DPOC

A tolerância ao exercício é um aspecto clínico importante da doença pulmonar obstrutiva crônica (DPOC) que pode ser facilmente medido no teste de caminhada de 6 minutos. Este teste pode ser um preditor de mortalidade e de hospitalização por piora do quadro bastante confiável nos pacientes com DPOC, de acordo com os investigadores do estudo ECLIPSE. Embora a faixa etária tenha influenciado os resultados deste estudo, a mortalidade em 3 anos foi maior nos pacientes que percorreram menos de 334 metros no teste de caminhada de 6 minutos.

Spruit MA, Polkey MI, Celli B. JAMDA. 2012; 13(3): 291-297.



Atletas e disfunção ventricular direita

O treinamento de endurance pode estar associado a remodelamento cardíaco arritmogênico do ventrículo direito (VD). Estudo recente avaliou o impacto do exercício de endurance intenso sobre a função miocárdica do VD e do ventrículo esquerdo (VE), bem como a influência da exposição cumulativa a competições sobre o remodelamento cardíaco em atletas bem treinados. Os autores concluíram que exercícios de endurance intensos provocam disfunção aguda do VD, mas não do VE. Embora a recuperação em curto prazo pareça completa, alterações estruturais crônicas e disfunção do VD são evidentes em alguns atletas.

La Gerche A, Burns AT, Mooney DJ. Eur Heart J. 2012; 33 (8): 998-1006.



Frequência Cardíaca na Recuperação e HAP

O descenso lento da frequência cardíaca na recuperação tem sido associado a prognóstico adverso em várias doenças crônicas cardiopulmonares. A utilidade deste parâmetro do teste ergométrico para prever mortalidade em pacientes com hipertensão arterial pulmonar (HAP) foi objeto de estudo brasileiro recente, publicado em periódico internacional. Este estudo mostrou que a queda inadequada da frequência cardíaca (< 18 bpm) no 1º minuto da recuperação está associada a pior prognóstico e pode ser um parâmetro clinicamente útil quando análises mais precisas obtidas a partir do teste de exercício cardiopulmonar não estão disponíveis.

Ramos RP, Arakaki JSO, Barbosa P. American Heart Journal. 2012;163(4):580-588.



Para não esquecer deste boletim

“Os que se encantam com a prática sem a ciência são como os timoneiros que entram no navio sem timão nem bússola, nunca tendo certeza do seu destino.”

Leonardo da Vinci