

## **38. REABILITAÇÃO CARDÍACA EM INSUFICIÊNCIA CARDÍACA CONGESTIVA: REVISÃO BIBLIOGRÁFICA**

BORGES, CARLA SOUSA<sup>1</sup>  
VIEIRA, LUÍZA CAETANO<sup>1</sup>  
ABDO, LUIZA AMORIM<sup>1</sup>  
MELO, SILVESTRE BARBOSA<sup>1</sup>  
REIS, JULIANA RIBEIRO GOUVEIA<sup>1</sup>

<sup>1</sup> CENTRO UNIVERSITÁRIO DE PATOS DE MINAS – UNIPAM

carlasousaborges@gmail.com

Definida como a incapacidade de o coração desenvolver um débito suficiente para atender às necessidades metabólicas dos tecidos periféricos, a insuficiência cardíaca (IC) é uma situação clínica grave e para a qual tende a evoluir a maioria das doenças cardíacas. A finalidade deste trabalho consistiu em buscarmos quais as precauções e atividades para um adequado programa de reabilitação cardíaca para indivíduos com IC, enfatizando a fase IV. O levantamento bibliográfico referiu-se às publicações científicas nas bases do Google Acadêmico e Scielo, utilizando-se das palavras-chaves “insuficiência cardíaca” e “reabilitação cardíaca”. Em janeiro de 2004, foi publicada uma metanálise colaborativa em que foi constatada uma clara evidência de que o treinamento físico supervisionado é seguro e que reduz tanto a mortalidade quanto as internações por descompensação da IC. A prescrição de exercícios para pacientes com IC deve levar em consideração o tipo de exercício a ser realizado, a duração da sessão, a frequência e a intensidade com que o paciente deve praticar o exercício. As características do Programa de RCPM (fase IV) consistem em: atividades não são necessariamente supervisionadas, com objetivos de aumentar e manter a aptidão física; estar adequado à disponibilidade de tempo para a manutenção do programa, às preferências dos pacientes em relação às atividades desportivas recreativas e as necessidades individuais, sendo contra indicado para pacientes com IC descompensada; realizar a avaliação funcional, para posterior determinação precisa da intensidade de exercício que o paciente deverá executar; duração gradualmente aumentada, mas sempre levando-se em consideração as condições clínicas do paciente; sessões realizadas 3 vezes por semana, de preferência em dias intercalados; critérios para a progressão de sobrecarga devendo-se considerar as respostas de FC e PA e a escala de percepção do esforço. Para a programação de uma sessão de exercícios para o paciente portador de IC sugere-se o aquecimento, a fase aeróbia, os exercícios de resistência muscular e o relaxamento. As evidências de que a atividade física é importante na reabilitação do pacientes são suficientemente claras. Como vimos, o treinamento físico tem inúmeros benefícios para quem já sofreu insuficiência cardíaca congestiva, visto que melhora satisfatoriamente a qualidade de vida e também as condições de saúde dos pacientes.

**Categoria:** Apresentação Pôster

**Área temática:** Fisioterapia