

Efeitos de programa de reabilitação cardíaca: um estudo de caso

OBJETIVO: Verificar os efeitos de um programa de reabilitação cardíaca sobre a capacidade funcional e a força da musculatura ventilatória. **RELATO DE CASO:** Paciente masculino, 62 anos, branco, ex-tabagista, hipertenso controlado, com história de infarto agudo do miocárdio (1988), angioplastia coronariana (1990) e cirurgia de revascularização miocárdica com ponte mamária para ADA e safenas para ACx e ACD (2005), encontra-se em classe funcional II para ICC (NYHA), alto risco pela AACRP e classe B pela AHA. Em uso de metoprolol (100 mg/dia), varfarina (2,5 mg/dia), sinvastatina (40 mg/dia), enalapril (10 mg/dia), clortalidona (6,25 mg/dia). Iniciou programa de reabilitação cardíaca com 3 sessões semanais durante 30 dias. Cada sessão compunha-se de 15 min de aquecimento, 35 minutos de esteira (65-75% da FC máx avaliada), 20 min de treinamento de força dos membros superiores (50% da carga máx) e 10 min de alongamento. Realizou ergoespirometria, teste de caminhada de 6 minutos (TC6), teste de endurance (TEnd = 75% da FC máx avaliada) e os testes de atividades de vida diária (AVDs), além de manovacuometria (pressão inspiratória máx: PI máx e pressão expiratória máxima: PE máx). **RESULTADOS:** Após 12 sessões houve um ganho de 30% no consumo de oxigênio pico (15,97 vs 20,73 ml/Kg. min⁻¹), 9% na distância máxima percorrida no TC6 (501 vs 547 m), 25% na velocidade (4 vs 5 Km/h) e 44% na permanência no TEnd (27 vs 39 min), o que representa um aumento de 105% na distância máxima tolerada (1.350 vs 2.770 m). Nas AVDs houve uma redução de 30% no tempo de subir/descer 3 lances de escada (23 vs 16s), 9% em andar acelerado 50m (32 vs 29s) e 5% no andar acelerado 200m com 3Kg em cada mão (131 vs 125s). A PI máx aumentou 37% (73 vs 100 cmH₂O) e a PE máx teve redução de 5% (112 vs 106 cmH₂O), sem repercussão clínica. **CONCLUSÃO:** O programa de reabilitação cardíaca, baseado na avaliação adequada da capacidade funcional e na atuação de equipe interdisciplinar, permite dimensionar com maior precisão as estratégias de treinamento, fazendo com que os objetivos desejados sejam alcançados mais precocemente, como neste caso, em que se obteve melhora funcional em apenas 12 sessões.