

EFETOS DO TREINAMENTO INTERVALADO DE ALTA INTENSIDADE EM COMPARAÇÃO AO TREINAMENTO CONTÍNUO DE MODERADA INTENSIDADE EM PACIENTES SUBMETIDOS A TRANSPLANTE CARDÍACO: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA E META-ANÁLISE

Mariana Costa Garcia¹; Tamara Rafino de Castro¹; José Elias Filho¹; Mateus Camaroti Laterza¹; Daniel Godoy Martinez¹; Thamara Cunha Nascimento Amaral¹;

1. Faculdade de Fisioterapia da Universidade Federal de Juiz de Fora (UFJF) – Juiz de Fora, Brasil

INTRODUÇÃO

Apesar dos benefícios do treinamento intervalado de alta intensidade (HIIT) serem relatados na literatura para os pacientes pós transplante cardíaco (TCx) quando comparado a cuidados habituais (DE SOUZA *et al.*, 2019), ainda não é possível inferir seus efeitos em comparação ao treinamento contínuo moderado (TCM).

OBJETIVO

Comparar os efeitos do HIIT e o TCM no consumo de oxigênio (VO₂), como desfecho principal, e na qualidade de vida (QV), sintomas de ansiedade e depressão e função vascular, como desfechos secundários em pacientes pós TCx.

MATERIAS E MÉTODOS

Revisão sistemática e meta-análise, com análise pareada, seguindo as recomendações PRISMA e registrada no PROSPERO CRD42020215906. Bases de dados utilizadas: CENTRAL, LILACS, MEDLINE, PEDro, SciELO e EMBASE. Fora utilizados sinônimos dos seguintes descritores: “Heart Transplantation” e “High-Intensity Interval Training”. A qualidade dos estudos foi verificada pelo PEDro e GRADE. Critérios de inclusão: Ensaios clínicos randomizados e controlados em todos os idiomas. Critérios de exclusão: Grupo controle sem treinamento e sem protocolo claro. Análise estatística: Média, desvio padrão e tamanho da amostra (variáveis contínuas) e número de eventos e não eventos (variáveis dicotômicas). A heterogeneidade foi avaliada pelo teste Q de Cochran e pela estatística do I₂ nível de significância de p < 0,05.

RESULTADOS

Todos os estudos apresentaram pontuação 7/10 na escala PEDro e nível moderado de qualidade na GRADE.

FIGURA 1: VO₂ HIIT versus TCM

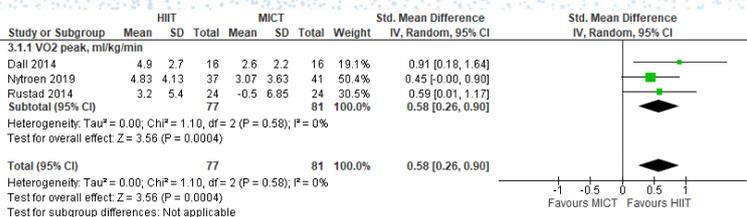


FIGURA 2: Qualidade de vida HIIT versus TCM

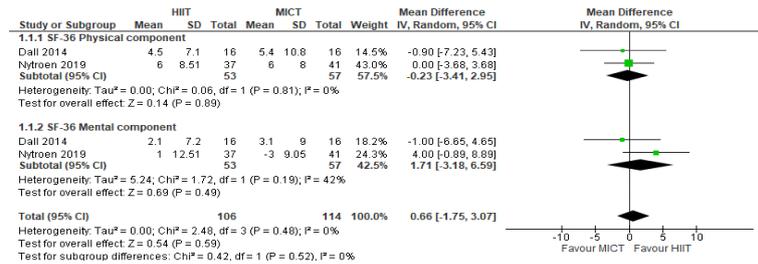


FIGURA 3: Ansiedade e depressão HIIT versus TCM

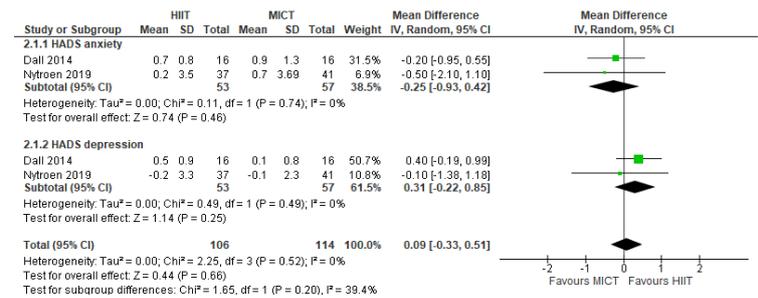
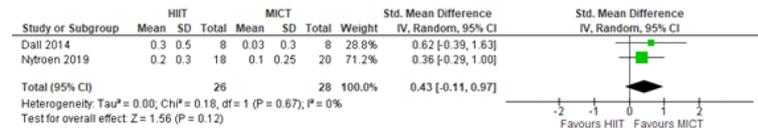


FIGURA 4: Função vascular HIIT versus TCM



CONCLUSÃO

O HIIT tem efeito superior ao TCM apenas no noVO₂ pico em pacientes pós TCx.

REFERÊNCIAS

DALL, C. H. *et al.* Effect of high-intensity training versus moderate training on peak oxygen uptake and chronotropic response in heart transplant recipients: a randomized crossover trial. **American Journal of Transplantation**, [s.l.], v. 14, n. 10, p. 2391-2399, 2014.

DALL, C. H. *et al.* Effect of moderate- versus high-intensity exercise on vascular function, biomarkers and quality of life in heart transplant recipients: A randomized, crossover trial. **The Journal of Heart and Lung Transplantation**, [s.l.], v. 34, n. 8, p. 1033-1041, 2015.

DE SOUZA, J. A. F. *et al.* Effect of exercise on endothelial function in heart transplant recipients: systematic review and meta-analysis. **Heart Failure Reviews**, [s.l.], v. 25, n. 3, p. 487-494, 2019.

NYTROEN, K. *et al.* Effect of High-Intensity Interval Training in De Novo Heart Transplant Recipients in Scandinavia. **Circulation**, [s.l.], v. 139, n. 19, p. 2198-2211, 2019.

RUSTAD, L. A. *et al.* One year of high-intensity interval training improves exercise capacity, but not left ventricular function in stable heart transplant recipients: a randomised controlled trial. **European Journal of Preventive Cardiology**, [s.l.], v. 21, n. 2, p. 181-191, 2014.

YARDLEY, M. *et al.* Immediate response in markers of inflammation and angiogenesis during exercise: a randomised cross-over study in heart transplant recipients. **Open Heart**, [s.l.], v. 4, n. 2, p. 1-9, 2017.