

## Warm-up hipertensão

ANDRÉ LUIZ MARTINS MOREIRA,

Hospital Regional Leopoldo Bevilacqua, Pariquera-Açu, SP, BRASIL - Clínica Polimed, Pariquera-açu, SP, BRASIL.

“Warm up” Hipertensão

O fenômeno de “warm-up”, ou aquecimento, descrito pela primeira vez há mais de 200 anos, relacionado ao fenômeno angina, já se encontra bem documentado na literatura, onde após uma breve atividade física, capaz de provocar angina, fenômenos vasculares são desencadeados (diminuição da pressão arterial e da pós-carga, pela vasodilatação sistêmica e coronariana, além da melhora na função diastólica), promovendo um retardo no segundo episódio de dor; uma vez que o paciente retome o exercício, após um período de descanso não superior há 15 minutos.

Conforme já referido anteriormente, há de fato uma redução na pressão arterial e uma melhora na função diastólica cardíaca, mas poderia o fenômeno de “warm-up” trazer benefício nos casos graves de hipertensão? Dando o primeiro passo em direção a essa resposta foi que conduzimos este trabalho.

Paciente MAAP, 62a, F, atleta amadora desde 2014, detentora de múltiplos troféus e medalhas de corrida de rua, já em tratamento de hipertensão arterial idiopática, e com uma orientação prévia para abandonar as competições e atividades intensas. Procurou o serviço para realização de novo teste ergométrico de rotina, que novamente evidenciou pico de hipertensão arterial (260x140) aos 7 mets do protocolo de Ellestad, motivando a interrupção do exame; contudo, objetivando o fenômeno de “Warm up”, e ainda, fazer com que MAAP pudesse retomar suas atividades, concluímos esse exame (1), após 4 minutos de recuperação, com uma pressão de 180x120; e imediatamente iniciamos o segundo exame (2), que iniciou com uma pressão de 168x110, aos 7 mets, 220x120, e no pico da FC aos 11 mets, 210x120, e aos 4 minutos da recuperação 170x106, ficando nesse período totalmente assintomática.

Esses fatos demonstraram haver também um benefício do fenômeno de “warm up” para a hipertensão arterial.

André Luiz Martins Moreira

< a href="mailto:moreiraalm@cardiol.br" target="\_blank">moreiraalm@cardiol.br