

## **TREINAMENTO DA MUSCULATURA INSPIRATÓRIA EM PACIENTES COM INSUFICIÊNCIA CARDÍACA E FRAQUEZA MUSCULAR INSPIRATÓRIA**

Gustavo Henrique Perez Santos\*

O Jornal do Colégio Americano de Cardiologia publicou, este ano, um trabalho prospectivo, randomizado e controlado, realizado no Hospital das Clínicas de Porto Alegre, que submeteu pacientes com insuficiência cardíaca congestiva (ICC) de grau moderado (com disfunção sistólica do ventrículo esquerdo) e fraqueza muscular inspiratória a um programa de treinamento muscular inspiratório com o dispositivo chamado Threshold por 12 semanas.

Após este período, houve importante aumento na força e no desempenho da musculatura inspiratória, melhoramento, conseqüentemente, diversos fatores prognósticos da ICC, tais como, aumento significativo da pressão inspiratória máxima (115%), melhora da qualidade de vida percebida pelos próprios pacientes avaliados, maior distância percorrida durante uma caminhada em tempo estimado de seis minutos, menor percepção de dispnéia durante este esforço físico, melhora do desempenho cardiopulmonar e poder circulatório, entre outros, sendo que as melhoras percebidas nos dois primeiros fatores

foram mantidas mesmo após um ano da realização das 12 semanas de treinamento.

No entanto, vale a pena lembrar que, apesar desses resultados, nada foi pesquisado neste estudo em relação ao impacto na sobrevida ou a esses efeitos a longo prazo.

Tendo em vista tudo discutido, chega-se à conclusão de que o treinamento muscular inspiratório feito em casa é um método simples e barato que pode ter importante impacto na qualidade de vida e em outros fatores prognósticos de pacientes com ICC.

### **REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA**

1. Dall'Ago P, Chiappa GRS, Guths H, Stein R, Ribeiro JP. Inspiratory muscle training in patients with heart failure and inspiratory muscle weakness. *J Am Coll Cardiol.* 2006; 47:757-63.