



XXXIV ENCONTRO DE JOVENS PESQUISADORES,
XVI MOSTRA ACADÊMICA DE INOVAÇÃO E TECNOLOGIA e
I MOSTRA DE EXTENSÃO: CONEXÕES ENTRE
UNIVERSIDADE E COMUNIDADE.



EGRESSO: MANUTENÇÃO DO EXERCÍCIO FÍSICO APÓS A REABILITAÇÃO CARDIOVASCULAR E SUA ASSOCIAÇÃO COM EVENTOS CARDIOVASCULARES MAIORES

Jerônimo Dotta Grasseli (PIBIC-CNPq), Xaiane Peretti Comin; Carolina Meneguzzi Haiduck; Andrielle Oliveira de Almeida; Gabriela Casagrande; Gabriel Lopes Amorim, Olga Sergueevna Tairova (Orientador(a))

A manutenção da prática de exercícios físicos após a alta da reabilitação cardiovascular representa um desafio importante na prevenção secundária da doença arterial coronariana. O objetivo deste estudo foi comparar eventos cardiovasculares no grupo que manteve a atividade física preconizada em relação ao grupo que não manteve no período de três anos após a alta de um Programa de Reabilitação Cardiovascular. Realizou-se um estudo de coorte retrospectivo com pacientes egressos de um centro de referência no Rio Grande do Sul entre 2016 e 2023, utilizando dados de prontuários e entrevistas telefônicas. A adesão foi categorizada como comportamental (manutenção da prática regular de exercícios), adesão às diretrizes de exercício aeróbico (≥ 150 minutos semanais) e realização de treinamento resistido em dois ou mais dias por semana. O desfecho clínico foi composto por mortalidade por todas as causas, infarto agudo do miocárdio e acidente vascular cerebral em até três anos após a alta. Foram identificados inicialmente 510 pacientes elegíveis, dos quais 381 compuseram a coorte final para caracterização clínica. As análises envolvendo prática de exercícios físicos incluíram 303 participantes com informações completas de seguimento. A idade mediana foi de 68,5 anos [63-75], com predominância do sexo masculino (65,4%). Na análise multivariada, a manutenção da prática regular de exercícios associou-se a menor ocorrência do desfecho composto (OR = 0,264; IC95%: 0,145-0,480; $p < 0,001$). Resultados semelhantes foram observados para a realização de pelo menos 150 minutos semanais de exercício aeróbico (OR = 0,178; IC95%: 0,077-0,411; $p < 0,001$) e para o treinamento resistido em dois ou mais dias por semana (OR = 0,164; IC95%: 0,061-0,438; $p < 0,001$). Conclui-se que a manutenção do exercício físico após a alta da reabilitação cardiovascular associou-se independentemente a menor ocorrência de mortalidade, infarto agudo do miocárdio e acidente vascular cerebral. Esses achados reforçam a importância de estratégias voltadas à promoção da adesão sustentada ao exercício físico como componente fundamental da prevenção secundária cardiovascular.

Palavras-chave: Reabilitação cardiovascular, Exercício físico, Prevenção secundária

Apoio: UCS, CNPq