

“Efeitos do Treinamento Intervalado Aeróbico na Aptidão Cardiorrespiratória, Estado Redox e Parâmetros Bioquímicos de Cardiopatas”

Ricardo Clemente Rosa

Defesa:

Joinville, 06 de junho de 2022

Membros da Banca Examinadora:

Profa. Dra. Daniela Delwing de Lima (Orientadora)

Profa. Dra. Carla Werlang Coelho (Coorientadora)

Profa. Dra. Caroline Valente (FURB)

Profa. Dra. Silmara Salette de Barros Silva Mastroeni (UNIVILLE)

Resumo

Introdução: As doenças cardiovasculares quando não letais, conduzem a um estado crônico com implicações severas, que se refletem na autonomia e qualidade de vida dos afetados. O estresse oxidativo exerce grande influência na patogênese destas doenças. Contudo, o exercício físico tem demonstrado ser uma excelente estratégia terapêutica na prevenção e combate a estas disfunções.

Objetivo: Com base nisso, o presente estudo teve como eixo central, verificar o efeito do treinamento intervalado aeróbico na melhora da aptidão cardiorrespiratória, estado redox e parâmetros bioquímicos de cardiopatas. **Métodos:** Trata-se de um ensaio clínico não randomizado de cunho quantitativo. A amostra foi composta por 14 cardiopatas (amostragem por conveniência não probabilística), com idade entre 50 e 80 anos, de ambos os gêneros. Todos os participantes foram submetidos ao teste de caminhada de 6 minutos, e aos testes de biomarcadores de estresse oxidativo (substâncias reativas ao ácido tiobarbitúrico – TBAR-RS, conteúdo total de sulfidrilas e de carbonilas, e atividade das enzimas antioxidantes – catalase, superóxido dismutase e glutathiona peroxidase) e bioquímicos (glicose, colesterol total, colesterol-HDL, colesterol-LDL e triglicerídeos). **Resultados:** Foi encontrado uma melhora estatística significativa com a respectiva magnitude de efeito para as variáveis: VO₂max (p=0,00019 - g= 0,31), conteúdo total de sulfidrilas (p=0,0118 - g= 0,98), conteúdo total de carbonilas (p<0,0001 - g= 4,40), catalase (p<0,0001 - g= 12,70), superóxido dismutase (p=0,0394 - g= 0,39), glutathiona

peroxidase ($p=0,0031$ - $g= 0,80$) e triglicérides ($p=0,0060$ - $g= -0,85$). **Conclusão:** Desta forma, é possível inferir que o treinamento intervalado aeróbico contribuiu para a melhora da aptidão cardiorrespiratória, estado redox e parâmetros bioquímicos de cardiopatas após síndrome coronariana aguda.

Palavras-chaves: Doenças Cardiovasculares; Exercício Físico; Estresse Oxidativo; Síndrome Coronariana Aguda.