

EFEITOS DO TREINAMENTO FÍSICO COMBINADO ASSOCIADO AO TREINAMENTO MUSCULAR INSPIRATÓRIO NA CAPACIDADE FUNCIONAL EM PACIENTES COM DPOC FRÁGEIS E PRÉ-FRÁGEIS: ENSAIO CLÍNICO ALEATORIZADO CONTROLADO

Maiara Bento Teodoro Da Silva¹. Lucas Edgar Tavares¹. Patrícia Cristina Fachinetti¹. Gabriel Jacob Navarro¹. Bruna Varanda Pessoa-Santos¹.

¹Centro de Ciências da Saúde – Universidade do Sagrado Coração – mabtsl@outlook.com; lucas-tavares12@hotmail.com; pc.fachinetti@gmail.com; ga.2000jn@gmail.com; brunavpessoa@gmail.com

Tipo de pesquisa: Iniciação Científica com bolsa – PIBIC

Agência de fomento: CNPq

Área do conhecimento: Saúde – Fisioterapia

Avaliou-se os efeitos do treinamento físico combinado (TFC) e treinamento muscular inspiratório (TMI) na capacidade funcional em pacientes com DPOC frágeis e pré-frágeis. Após aprovação pelo Comitê de Ética (2.430.598), a coleta foi realizada na clínica de Fisioterapia da USC. Oito pacientes com DPOC foram alocados em dois grupos segundo o fenótipo de fragilidade (Friedet *al.*, 2001): grupo de TFC e TMI (G1-TFC+TMI) e grupo de TFC e TMI placebo (G2-TFC+TMIpl). A avaliação e reavaliação constou de espirometria, fenótipo de fragilidade, testes de uma repetição máxima (1RM), cardiopulmonar de esforço sintoma-limitado (TCPE) e de carga constante. Realizou-se a intervenção por 8 semanas, 3x/semana. O TFC constou de 30min de exercício contínuo em cicloergômetro em 80% da carga máxima do TCPE. Após 10 minutos de repouso, realizou-se o treinamento resistido de membros inferiores em cadeira extensora (3 séries/8 repetições; 2min de intervalo), partindo de 60% de 1RM e progressão de 7% de 1RM a cada 9 sessões. Realizou-se o TMI com manovacuômetro, 7 séries/2min, 1min de intervalo, iniciando em 10 cmH₂O na primeira semana, e aumento de 10 em 10 cmH₂O durante 4 semanas até atingir 60% da P_{Imáx} inicial. O G2-TF+TMIpl recebeu o TMI com carga $\leq 10\%$ P_{Imáx} inicial. Observamos aumento significativo da carga máxima no TCPE sintoma limitado e carga constante e teste de 1RM, e do tempo de tolerância no TCPE carga constante ($p < 0,05$). O TFC associado ao TMI melhorou a capacidade funcional e força muscular de membros inferiores, e permitiu mudanças no fenótipo de fragilidade na população estudada.

Palavras-chave: Fisioterapia. Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica. Fragilidade. Teste de Esforço.