

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

Patrícia Cristina Fachinetti<sup>1</sup>. Maiara Bento Teodoro<sup>1</sup>. Lucas Edgar Tavares<sup>1</sup>. Gabriel Jacob Navarro<sup>1</sup>. Leticia Passos Pincelli<sup>1</sup>. Bruna Varanda Pessoa-Santos<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Centro de Ciências da Saúde – Centro Universitário do Sagrado Coração – [pc.fachinetti@gmail.com](mailto:pc.fachinetti@gmail.com); [mabtsl@outlook.com](mailto:mabtsl@outlook.com); [lucas-tavares12@hotmail.com](mailto:lucas-tavares12@hotmail.com); [leticiappincelli@hotmail.com](mailto:leticiappincelli@hotmail.com); [ga.2000jn@gamail.com](mailto:ga.2000jn@gamail.com); [brunavpessoa@gmail.com](mailto:brunavpessoa@gmail.com)

Tipo de pesquisa: Iniciação Científica com bolsa – PIBIC

Agência de fomento: CNPq

Área do conhecimento: Saúde – Fisioterapia

O objetivo desse projeto é verificar os efeitos do treinamento físico combinado e treinamento muscular inspiratório (TMI) na função respiratória e desempenho funcional em pacientes com DPOC frágeis e pré-frágeis. Projeto aprovado pelo Comitê de Ética (2.430.598). Serão avaliados 40 pacientes com DPOC, alocados aleatoriamente em dois grupos segundo os critérios de fragilidade (FRIED et al., 2001): grupo de pacientes com DPOC submetido ao TFC e TMI (G1-TFC+TMI) e grupo de pacientes com DPOC submetido ao TFC e TMI placebo (G2-TFC+TMIpl). Os pacientes serão avaliados e reavaliados após a intervenção por meio da espirometria, avaliação da força muscular respiratória, fenótipo de Fragilidade (FRIED et al., 2001), testes do degrau de seis minutos, de caminhada de seis minutos, de uma repetição máxima, de sentar e levantar da cadeira e cardiopulmonar de esforço sintomático limitado. A intervenção será realizada 3x/semana, por 16 semanas. O TFC constará de alongamentos musculares e de 30 minutos de exercício contínuo em cicloergômetro. Após 10 minutos de repouso, será realizado 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. O TMI será realizado por meio do PowerBreathe®, sendo 7 séries/2min, 1min de intervalo, iniciando em 10 cmH<sub>2</sub>O na primeira semana, e aumento de 10 em 10 cmH<sub>2</sub>O durante 4 semanas até atingir 60% da P<sub>Imáx</sub> inicial. Enquanto, o G2-TFC+TMIpl receberá o TMI com carga  $\leq 10\%$  P<sub>Imáx</sub> inicial. Serão aplicados testes estatísticos apropriados.

Palavras-chave: Fisioterapia. Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica. Fragilidade. Músculos Respiratórios.