



BENEFÍCIOS DA REABILITAÇÃO CARDÍACA EM PACIENTES COM INSUFICIÊNCIA CARDÍACA CRÔNICA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

LUCAS DE FREITAS SOMMER; ANA LAURA VAZ DE MELLO FRATTARI; LORENZA TAVARES BRASIL BAHIA; RAFAELA GOULART CRUZ DE MAGALHÃES; LUIZA NOGUEIRA MARTINS

INTRODUÇÃO: A insuficiência cardíaca crônica afeta cerca de 1 a 2% dos adultos no mundo ocidental. Embora a sobrevivência após o diagnóstico de IC tenha melhorado, o prognóstico ainda é ruim, com morte de 30 a 40% dos pacientes 1 ano após o diagnóstico. Portadores da doença apresentam piora significativa da qualidade de vida, com redução da capacidade física e dificuldade na realização de atividades diárias. Estudos prévios indicam que programas de reabilitação cardíaca baseados em exercícios físicos trazem benefícios para a qualidade de vida. Entretanto, sua prescrição ao tratamento de pacientes com IC segue infrequente. **OBJETIVO:** Avaliar o impacto da reabilitação cardíaca baseada em exercícios no tratamento da IC e os potenciais benefícios aos pacientes. **METODOLOGIA:** Revisão integrativa de 18 artigos publicados em inglês na base de dados PubMed nos últimos 5 anos. A pesquisa foi realizada entre os dias 28/08/23 e 05/09/23. Foram utilizados os descritores "cardiac rehabilitation", "exercise training" e "heart failure" combinados entre si. Publicações incoerentes com o objetivo, sem disponibilidade gratuita e sem qualidade metodológica foram excluídas. **RESULTADOS:** A reabilitação cardíaca baseada em exercícios (RCBE) apresenta pouco impacto na mortalidade por todas as causas a curto prazo, mas pode melhorar a mortalidade por todas as causas a longo prazo (acompanhamento >12 meses), necessitando de dados mais confiáveis. Todos os estudos mostraram uma melhora na qualidade de vida relacionada à saúde e na capacidade de exercício em pacientes com insuficiência cardíaca. Nenhuma associação entre a reabilitação e a taxa de hospitalização pôde ser observada. A RCBE é eficiente no tratamento da insuficiência cardíaca crônica e se mostra segura e benéfica. Estudos mais aprofundados devem ser conduzidos visando esclarecer o seu potencial efeito positivo sobre a mortalidade à longo prazo. **CONCLUSÃO:** Apesar dos benefícios e das recomendações em diretrizes internacionais, a reabilitação cardíaca baseada em exercícios físicos é subutilizada na prática clínica. Médicos e líderes em cuidados de saúde devem priorizar a incorporação da Reabilitação Cardíaca como parte do padrão de cuidados para pacientes com Insuficiência Cardíaca.

Palavras-chave: **REABILITAÇÃO CARDÍACA; EXERCÍCIO FÍSICO; INSUFICIÊNCIA CARDÍACA; QUALIDADE DE VIDA; CARDIOVASCULAR**