



## Efeitos Do Treinamento Resistido Em Indivíduos Com Miocardite Oriunda Da Infecção Por Covid-19

### Autor(res)

Luiz Henrique Alves Dos Santos  
Anna Cláudia Olivera Gondim  
Pablo Fraga Alexandre  
Victor Martins Aguilar Escobar  
Thiago Santos Da Silva  
Leonardo Domingues Ramos  
Lucas Prestes  
Diego De Carvalho Maia

### Categoria do Trabalho

3

### Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE BRASÍLIA

### Introdução

A miocardite, inflamação do músculo cardíaco, pode ser causada pela COVID-19, afetando a capacidade cardíaca. Essa condição ocorre em pacientes de casos leves a críticos e todas as idades. Exercícios físicos contribuem na prevenção de doenças coronarianas e diminuição da mortalidade. Este trabalho identifica recomendações de exercícios para pessoas com miocardite devido à COVID-19. Programas de condicionamento melhoram a capacidade funcional, reduzem frequência cardíaca e pressão arterial. Após treinamento, o consumo de oxigênio do miocárdio diminui, permitindo tolerar maior esforço sem isquemia miocárdica. Indivíduos com miocardite viral apresentam melhoras significativas com reabilitação. Esse estudo auxilia na consolidação das pesquisas e melhoria da qualidade de vida das pessoas afetadas pela COVID-19.

### Objetivo

Examinar os impactos da COVID-19 na saúde, focando em miocardite.  
Identificar benefícios do treinamento resistido em indivíduos com miocardite por COVID-19.  
Descrever a fisiopatologia do exercício na miocardite.  
Avaliar estratégias de prescrição de exercícios físicos adequados para miocardite.  
Considerar condições e precauções para prescrição de exercícios resistidos nesse contexto.

### Material e Métodos

Foi realizada uma revisão da literatura, um método de pesquisa qualitativo e descritivo. Foram levantadas dissertações e artigos científicos selecionados através de busca nas seguintes bases de dados: pubmed, google scholar e scielo. Os filtros de pesquisa foram as seguintes palavras chaves: Miocardite; doenças cardiovasculares; coração; covid-19; coronavírus; exercício físico; treinamento resistido. O período contemplado foi de 01/01/2018 à



25/03/2023. Após isso, foram selecionados os artigos mais pertinentes para a revisão e elaboração do trabalho de conclusão de curso.

## Resultados e Discussão

A miocardite é uma inflamação do músculo cardíaco e pode trazer disfunções cardíacas. A relação com a COVID-19 e sua causa ainda são incertas, o diagnóstico é difícil e o tratamento deve ser individualizado (TSCHÖPE et al., 2021).

A prática regular de exercícios físicos promove a saúde cardiovascular e a relação entre exercício e miocardite requer cuidados específicos (TSCHÖPE et al., 2021), pois exercícios de baixa intensidade podem ser benéficos, mas devem ser supervisionados.

O treinamento resistido tem benefícios cardiovasculares, mas sua aplicação em pacientes com miocardite é controversa (CAFORIO et al., 2021), e algumas diretrizes sugerem incorporação ao programa de reabilitação cardíaca após estabilização clínica e com supervisão profissional.

Há necessidade de mais pesquisas para estabelecer protocolos específicos de exercícios seguros para esses pacientes (FLETCHER et al., 2018), com abordagens individualizadas e comunicação entre profissionais de saúde e educação física.

## Conclusão

Este estudo analisa o treinamento resistido em pacientes com miocardite, considerando benefícios e riscos. A abordagem individualizada, supervisionada e com monitoramento cardíaco é essencial. Embora possa ser benéfico, há controvérsias devido aos riscos potenciais.

Limitações incluem falta de consenso na literatura e necessidade de mais pesquisas. Deve-se adotar estratégias de ajuste, monitoramento e comunicação efetiva.

Propostas futuras envolvem estudos randomizados e controlados.

## Referências

CAFORIO, A. L et al. Diagnosis and management of myocardial involvement in systemic immune-mediated diseases: a position statement of the ESC Working Group on Myocardial and Pericardial Diseases. *European Heart Journal*, 42(33), 3165-3182. 2021 Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28655210/> Acesso em: 13 mar. 2023.

FLETCHER, G. F. et al. Promoting Physical Activity and Exercise: JACC Health Promotion Series. *Journal of the American College of Cardiology*, 72(14), 1622-1639. 2018 Disponível em: <https://www.jacc.org/doi/full/10.1016/j.jacc.2018.08.2141> Acesso em: 14 mar. 2023.

TSCHÖPE, C. et al. Myocarditis and inflammatory cardiomyopathy: current evidence and future directions. *Nature Reviews Cardiology*, 15(3), 169-179. 2021 Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33046850/> Acesso em: 13 mar. 2023.