

## EFEITOS DO TREINAMENTO FÍSICO COMBINADO ASSOCIADO AO TREINAMENTO MUSCULAR INSPIRATÓRIO NO PROGNÓSTICO DE MORTALIDADE EM PACIENTES COM DPOC FRÁGEIS E PRÉ-FRÁGEIS: ENSAIO CLÍNICO ALEATORIZADO CONTROLADO

Lucas Edgar Tavares<sup>1</sup>; Maiara Bento Teodoro Da Silva<sup>1</sup>; Patrícia Cristina Fachinetti<sup>1</sup>; Gabriel Jacob Navarro<sup>1</sup>; Bruna Varanda Pessoa-Santos<sup>1</sup>.

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

Tipo de pesquisa: Iniciação Científica com bolsa – PIBIC  
Agência de fomento: FAP/USC  
Área do conhecimento: Saúde – Fisioterapia

Avaliou-se os efeitos do treinamento físico combinado (TFC) e treinamento muscular inspiratório (TMI) no prognóstico de mortalidade 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 os critérios 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-se da espirometria, fenótipo de fragilidade, testes de caminhada de seis minutos (TC6), de uma repetição máxima (1RM) e cardiopulmonar de esforço sintoma-limitado (TCPE). E, calculou-se o índice BODE. 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 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. O G2-TF+TMIpl recebeu o TMI com carga ≤10% P<sub>Imáx</sub> inicial. Observamos que a pontuação do índice BODE foi significativamente menor no pós-intervenção comparado ao pré-intervenção para ambos os grupos (p<0,05). O TFC associado ao TMI proporcionou melhora do prognóstico de mortalidade em pacientes com DPOC frágeis e pré-frágeis.

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