

IMPACTO DO TAI CHI CHUAN SOBRE OS NÍVEIS PRESSÓRICOS EM PACIENTE PÓS-INFARTO AGUDO DO MIOCÁRDIO RECENTE: ESTUDO PILOTO

ROSANE MARIA NERY; LIMA JB; ZANINI M; MAHMUD MAI; FERRARI JN; SILVA MP; STEIN R

Introdução: A hipertensão arterial sistêmica (HAS) constitui-se em um dos fatores que mais contribuem para o aumento no risco de novos eventos em pacientes que já tiveram um infarto do miocárdio recente (IAMr). A atividade física regular tem sido um importante aliado não medicamentoso auxiliando na prevenção secundária destes pacientes. É possível que o treinamento com Tai Chi Chuan (TCC) tenha um impacto positivo sobre os níveis tensionais nestes pacientes. Objetivo: Avaliar o impacto do TCC sobre os níveis pressóricos em indivíduos com IAMr. Material e Métodos: Estudo prospectivo de dezesseis casos de pacientes pós IAMr, submetidos a doze semanas de TCC, realizado três vezes por semana. A pressão arterial dos pacientes foi mensurada de forma padronizada e através de esfigmomanometria manual sempre pelo mesmo examinador. As medidas foram feitas no início de cada sessão e imediatamente após o treino com TCC. Resultados: A média de idade dos pacientes foi de $63 \pm 8,46$ anos, o índice de massa corporal de $25,56 \pm 3,66$, sendo 9 (56,3%) do sexo masculino. A pressão sistólica de repouso apresentou redução média de 19 mmHg variando de 139 ($\pm 22,22$) para 120 mmHg ($\pm 20,59$), $P < 0,0001$, o mesmo ocorrendo com a pressão diastólica de repouso que apresentou redução média de 15 mmHg variando de 84 ($\pm 16,39$) para 69 mmHg ($\pm 15,41$), $P < 0,0001$. A pressão sistólica após o treinamento variou de 142 ($\pm 24,82$) para 123 ($\pm 20,38$) mmHg $P = 0,003$ apresentando uma redução de 19 mmHg e a diastólica variou de 86 ($\pm 21,18$) para 75 ($\pm 12,66$) $P = 0,019$, apresentando mudança significativa com redução de 11 mmHg. Conclusão: O treinamento com TCC se mostrou eficaz no que tange a redução da pressão arterial sistólica e diastólica. Esses dados preliminares sugerem que o TCC possa ser utilizado na prevenção secundária pós-infarto agudo do miocárdio recente, atuando positivamente em aspectos hemodinâmicos destes pacientes.