A Importância da Reabilitação Cardíaca Após Infarto do Miocárdio: Uma Revisão de Literatura

The Importance of Cardiac Rehabilitation After Myocardial Infarction: A Literature Review

Ítalo Carneiro de Oliveira
https://orcid.org/0009-0004-3718-9545
Graduado em Farmácia
Centro Universitário de Excelência (UNEX)
Italotim7@gmail.com

Leonardo Cesar de Lima
https://orcid.org/0009-0005-1430-0922
Graduado em Medicina
Universidade Federal de Mato Grosso
leolima2001@yahoo.com.br

Iracy Thayanne Rezende Azevedo
https://orcid.org/0009-0007-0241-1064
Bacharelado em Enfermagem
Faculdade Anhanguera de Anápolis/GO - FAA
irathayanne@gmail.com

Eva Natalina Ferreira Costa
https://orcid.org/0000-0003-2673-6967
Enfermeira
Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro
enfermeiraevacosta@gmail.com

Isabela Formiga Nogueira
Graduação em Enfermagem
UNIESP Centro Universitário
isabelanog87@gmail.com

Ivan da Costa Velho Junior
https://orcid.org/0000-0002-1147-1225
Graduando em Medicina
UNESA IDOMED Vista Carioca
ivancvjr@gmail.com

Jennyfer Souza Andrade
https://orcid.org/0009-0002-7614-293X
Graduanda em Medicina
Universidade Nove de Julho - Campus Guarulhos
andradesjennyfer@gmail.com

Jorge Eduardo Peixoto Pereira
Graduando em Medicina
Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro
Peixoto.27@edu.unirio.br

Juliana Freitas da Silva
Graduando enfermagem
Anhanguera
wjuh23silva@gmail.com

RESUMO

Introdução: O infarto do miocárdio (IM) é uma das principais causas de mortalidade em todo o mundo, sendo responsável por cerca de 16% de todas as mortes globais relacionadas a doenças cardiovasculares, de acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS). Além das complicações físicas, pacientes que sobrevivem ao IM frequentemente enfrentam desafios emocionais e funcionais que impactam sua qualidade de vida. A reabilitação cardíaca (RC) surge como uma intervenção multidisciplinar fundamental, reunindo exercício físico supervisionado, suporte psicológico, educação em saúde e manejo de fatores de risco, visando melhorar a capacidade funcional, reduzir a mortalidade e prevenir novos eventos cardíacos.**Objetivo:** Este trabalho tem como objetivo discutir a importância da reabilitação cardíaca após o infarto do miocárdio, destacando sua eficácia na redução de complicações, na melhora da qualidade de vida e no impacto em fatores psicossociais associados à doença. **Metodologia:** Foi realizada uma revisão sistemática da literatura, utilizando as bases de dados PubMed, Scopus e Embase. Os descritores utilizados foram "cardiac rehabilitation", "myocardial infarction" e "quality of life". A busca incluiu artigos publicados entre 2013 e 2023. Foram identificados inicialmente 135 artigos, dos quais 95 foram excluídos por não atenderem aos critérios de inclusão, que consideraram estudos em inglês, português e espanhol, revisões sistemáticas, metanálises e ensaios clínicos randomizados. Após a seleção, 10 artigos foram analisados detalhadamente. **Discussão:** A literatura reforça os benefícios significativos da reabilitação cardíaca na recuperação após o infarto do miocárdio. Estudos indicam que a participação em programas estruturados de RC reduz em até 25% a mortalidade por causas cardiovasculares e gerais em pacientes pós-infarto. Além disso, a RC melhora a capacidade funcional, diminui sintomas como fadiga e dispneia, e otimiza o controle de fatores de risco, incluindo hipertensão, diabetes e dislipidemias. No aspecto psicológico, a RC contribui para a redução de sintomas de ansiedade e depressão, condições que acometem até 30% dos pacientes pós-IM. O suporte psicológico oferecido nesses programas tem demonstrado eficácia na reintegração social e laboral dos pacientes, bem como na adesão a tratamentos a longo prazo. Apesar desses benefícios comprovados, a adesão aos programas de RC ainda é baixa, especialmente em países de baixa e média renda, onde menos de 30% dos pacientes elegíveis têm acesso a essas intervenções. **Conclusão:** A reabilitação cardíaca desempenha um papel crucial na recuperação integral de pacientes após o infarto do miocárdio, promovendo benefícios significativos na sobrevida, na capacidade funcional e na qualidade de vida. Apesar dos avanços, a baixa adesão aos programas de RC e as disparidades no acesso ao tratamento representam desafios importantes. É essencial que estratégias de saúde pública sejam implementadas para ampliar o acesso à reabilitação, especialmente em regiões com menos recursos. A continuidade de pesquisas na área é necessária para desenvolver abordagens personalizadas e acessíveis, garantindo que os benefícios da RC sejam universalmente distribuídos.

Palavras-chave: Reabilitação cardíaca, infarto do miocárdio, qualidade de vida, mortalidade, saúde cardiovascular.