X NEUROCOR
VI PRÊMIO CUSHING
PAZZANESE

O PAPEL DO EXERCÍCIO FÍSICO NA REABILITAÇÃO PÓS-IAM: UMA REVISÃO DE LITERATURA

Mirella Cristina Mazuqueli Marques[1]; Maria Luisa Schincke Figueiredo[2]; Giovanna Gabrielly Vendrame[3]; Gabriella Corrêa Leite[3]; Mariana Pietro Barbosa[3] ; Lucas Scrocaro Gracioli[4]*.

1- Acadêmicas da Graduação do Curso de Medicina da Universidade de Marília (UNIMAR) – Marília, São Paulo, Brasil.

2- Acadêmica da Graduação do curso de Medicina da União das Faculdades dos Grandes Lagos (UNILAGO)- São José do Rio Preto, São Paulo, Brasil

3- Acadêmicas da Graduação do curso de Medicina da Universidade Cesumar (UNICESUMAR) - Maringá, Paraná, Brasil.

4- Docente do curso de Medicina da União das Faculdades dos Grandes Lagos (UNILAGO)- São José do Rio Preto, São Paulo, Brasil - Orientador.

INTRODUÇÃO: O infarto agudo do miocárdio (IAM) é uma das principais causas de morbimortalidade, com impacto elevado em hospitalizações e complicações. O sedentarismo é fator de risco relevante, enquanto o exercício físico destaca-se como ferramenta essencial na reabilitação, trazendo ganhos clínicos, funcionais e prognósticos. OBJETIVO(S): O objetivo foi analisar os efeitos do exercício físico na reabilitação de pacientes pós-IAM, considerando benefícios clínicos, funcionais, metabólicos e celulares. METODOLOGIA: Trata-se de uma revisão integrativa e qualitativa com busca no PubMed entre 2010 e 2025, utilizando descritores relacionados a IAM, exercício físico, reabilitação cardíaca e qualidade de vida. Após critérios de elegibilidade, nove artigos compuseram a amostra final. RESULTADOS: A prática regular de exercícios após IAM reduziu mortalidade, recorrência de eventos cardiovasculares e hospitalizações. Também promoveu melhora da capacidade funcional, do consumo máximo de oxigênio, do perfil metabólico e da qualidade de vida. Ganhos de ≥2 METs associaram-se a menor risco de complicações. Além disso, observou-se redução de marcadores inflamatórios e modulação da proteína HIPK2 e do miR-222, sugerindo proteção celular. Mesmo programas

comunitários ou de curta duração mostraram efeitos positivos. DISCUSSÃO: Os estudos confirmam os benefícios do exercício físico em diferentes idades e perfis clínicos, reforçando sua aplicabilidade ampla. Fatores como adesão medicamentosa, apoio tecnológico e autoeficácia ampliam resultados. Evidências também sugerem benefícios neurológicos, como menor risco de demência vascular. Entretanto, barreiras psicológicas, sociais e estruturais ainda limitam a adesão plena, apontando para a importância de estratégias individualizadas e multidisciplinares. CONCLUSÕES: O exercício físico pós-IAM é intervenção fundamental, capaz de reduzir morbimortalidade, melhorar função cardiovascular, parâmetros metabólicos e qualidade de vida, devendo ser integrado de forma sistemática à reabilitação.

PALAVRAS-CHAVE: Infarto do Miocárdio; Exercício Físico; Reabilitação Cardíaca; Atividade Física; Qualidade de Vida.