

RESUMO SIMPLES - CARDIOLOGIA ESPORTIVA

INCIDÊNCIA DE PARADA CARDÍACA E MORTE SÚBITA DURANTE O EXERCÍCIO FÍSICO INTENSO EM CORREDORES: REVISÃO SISTEMÁTICA

Cibele Figueiredo Amorim (cibeleamorim0@gmail.com)

Alda Cristina Almeida Chagas (aldachagas2004@gmail.com)

Introdução: O exercício físico está associado a diversos benefícios cardiovasculares, incluindo melhora da capacidade cardiorrespiratória e redução do risco de doenças cardiovasculares e mortalidade. Entretanto, apesar dos efeitos a longo prazo, a realização intensa do exercício físico pode atuar como um gatilho para eventos cardiovasculares agudos. Com isso, a morte cardíaca súbita devido à arritmia primária é uma das principais causas de mortalidade entre jovens atletas, afetando predominantemente atletas do sexo masculino. **Objetivo:** Avaliar a incidência de parada cardíaca e morte súbita associada à prática de exercícios físicos intensos, especialmente durante a maratona, bem como os desfechos de sobrevivência associados a esses eventos. **Metodologia:** Constitui uma revisão sistemática da literatura, estruturada conforme a estratégia PECO, considerando: população (corredores), exposição (exercício físico intenso), comparação (exercício de menor intensidade, ausência de exercício ou período de repouso) e outcome (morte súbita) . Utilizou-se a base de dados PubMed, com os descritores

"sudden cardiac death" OR "sudden cardiac arrest" AND "exercise" OR "physical activity" OR "exercise training" AND "athletes" OR "athlete" OR "sports". Foram incluídos artigos originais, disponíveis na íntegra, publicados nos anos de 2021-2026, excluindo revisões sistemáticas e relatos de caso. Por fim, de 1.092 artigos encontrados, após a aplicação dos critérios definidos, foram excluídas 1.078 publicações que não se enquadram nesses critérios, totalizando 14 artigos selecionados para análise. Resultados: De modo geral, as pesquisas analisadas apresentaram resultados concordantes, demonstrando que, embora a parada cardíaca e a morte súbita durante o exercício físico intenso seja pouco frequente, a sua existência é relevante e sua ocorrência apresenta diferenças relacionadas ao sexo, à idade e às doenças cardiovasculares subjacentes. Em um dos estudos, entre 29.311.597 participantes que concluíram a corrida de longa distância, foram registrados 176 paradas cardíacas, com uma grande predominância no sexo masculino. Entre os casos em que foi possível determinar a etiologia, a doença arterial coronariana foi a causa mais frequente, superando a cardiomiopatia hipertrófica. Além disso, observou-se que a sobrevivência após a parada cardíaca esteve associada principalmente à rápida realização da ressuscitação cardiopulmonar e à presença de taquiarritmia ventricular como ritmo inicial. Dessa forma, os achados evidenciam a ocorrência de parada cardíaca e morte súbita associada à prática de exercício físico intenso, reforçando a relação entre esses eventos. Conclusão: A parada cardíaca e a morte súbita associadas ao exercício físico intenso apresentam baixa incidência, porém constituem eventos de elevada relevância devido à sua gravidade. Os achados demonstram maior ocorrência no sexo masculino e evidenciam a influência da idade e de doenças cardiovasculares subjacentes. Apesar da gravidade desses eventos, observou-se possibilidade significativa de sobrevivência, principalmente quando há rápida realização de ressuscitação cardiopulmonar. Nesse contexto, a identificação dessas populações com maior risco mostra-se relevante para incentivar a triagem, pré-participação e contribuir para uma prática esportiva mais segura e redução da mortalidade durante a prática esportiva.

Palavras-chave: atletas; esportes; exercício físico; morte súbita cardíaca; parada cardíaca.

