

RESUMO SIMPLES - ARRITMIAS CARDÍACAS

O PAPEL DA SUPLEMENTAÇÃO DE MAGNÉSIO NO MANEJO E PREVENÇÃO DE EXTRASÍSTOLES CARDÍACAS: UMA REVISÃO DA LITERATURA

Mell Diniz Oliveira Ribeiro (mell.diniz.oli@gmail.com)

Tiago Augusto Borges Guimarães (tiago.augusto@outlook.com)

Thiago Rodrigues Da Cunha De Cerqueira (rccthiago@gmail.com)

Waleska Meireles Carneiro (waleska.carneiro@hotmail.com)

Introdução: As extrasístoles (atriais e ventriculares) estão entre as arritmias cardíacas mais comuns na prática clínica. Embora frequentemente benignas em indivíduos sem cardiopatia estrutural, podem causar palpitações desconfortáveis, ansiedade e queda na qualidade de vida. O magnésio é um cátion intracelular fundamental para a estabilidade elétrica do miocárdio, atuando na regulação dos canais de potássio e cálcio. A deficiência de magnésio pode aumentar a excitabilidade cardíaca, favorecendo o aparecimento dessas ectopias. **Objetivo:** Revisar as evidências científicas disponíveis sobre o impacto da suplementação de magnésio na redução da frequência e dos sintomas de extrasístoles em pacientes sem doença cardíaca estrutural grave. **Metodologia:** Foi realizada uma revisão narrativa da literatura

por meio de buscas nas bases de dados PubMed e Google Scholar. Foram utilizados os termos em inglês “Extrasystoles”, “Magnesium”, “Cardiac Arrhythmias”, “Premature Ventricular Contractions” e “Premature Atrial Contractions”, combinados entre si por meio dos operadores booleanos AND e OR. Foram considerados artigos originais, ensaios clínicos e revisões da literatura publicados no período de 2018 a 2024, nos idiomas português e inglês. Foram selecionados estudos que abordaram a relação entre os níveis de magnésio, a suplementação desse mineral e a ocorrência, frequência ou sintomatologia de ectopias cardíacas, especialmente extrassístoles ventriculares e atriais, em indivíduos com e sem doença cardíaca estrutural significativa. Foram excluídos estudos que não apresentavam relação direta com o objetivo da pesquisa, relatos de caso isolados e publicações sem acesso ao texto completo. Resultados: A literatura demonstra que a hipomagnesemia leve ou moderada é um achado frequente em pacientes sintomáticos com extrasístoles frequentes. Os estudos analisados indicam que a suplementação oral de magnésio promoveu uma redução significativa na carga de extrasístoles ao Holter de 24 horas e no alívio sintomático das palpitações em até 65% a 70% dos pacientes avaliados. Observou-se também que o efeito antiarrítmico é mais pronunciado quando associado a mudanças no estilo de vida, como a redução do consumo de cafeína e o manejo do estresse. Conclusões: A suplementação de magnésio apresenta-se como uma opção terapêutica simples, segura e de baixo custo para o controle de extrasístoles e alívio dos sintomas em pacientes selecionados. Trata-se de uma abordagem promissora na prática clínica, devendo ser considerada antes de intervenções farmacológicas mais agressivas em casos sem cardiopatia estrutural.

Palavras-chave: extrasístoles; magnésio; arritmias cardíacas; contrações ventriculares prematuras; contrações atriais prematuras;.