

1673**COMPORTAMENTO DA PRESSÃO ARTERIAL DE HIPERTENSOS RESISTENTES EM DUAS INTENSIDADES DE EXERCÍCIO AERÓBICO**

Lucas Porto Santos, Gustavo Waclawovsky, Paulo José Cardoso Vieira, Adriano Silveira da Cunha, Bárbara Crasnhak da Cruz, Ruy Silveira Moraes, Daniel Umpierre de Moraes. Hospital de Clínicas de Porto Alegre (HCPA)

Pacientes com hipertensão arterial resistente (HAR) apresentam baixa responsividade a medicamentos anti-hipertensivos. No entanto, o treinamento aeróbico parece ser eficaz na redução da pressão arterial (PA) nesta população. A exposição aos aumentos da PA durante o exercício parece ser um dos mecanismos para a redução da PA pelo exercício crônico. Apesar disso, critérios de segurança devem ser observados, pois valores superiores a 220/105 mmHg em treinamento aeróbico são indicativos para interrupção do esforço. Contudo, não há evidências específicas sobre os aumentos de PA durante o exercício na HAR. O presente estudo buscou descrever as respostas de PA de hipertensos resistentes durante 45 minutos de exercício em bicicleta, em duas diferentes intensidades de esforço, comparado ao repouso. Inicialmente, 8 pacientes (2 homens, 6 mulheres) realizaram um teste cardiopulmonar de esforço. Posteriormente, estes participaram de 3 sessões experimentais, realizadas aleatoriamente, em desenho cruzado: controle - CONT (repouso), baixa intensidade - BI (50%FC_{máx} ou equivalente) e alta intensidade - AI (75%FC_{máx} ou equivalente). A PA foi mensurada por método oscilométrico automático (DINAMAP, Critkon) previamente às sessões, em repouso sentado. As medidas foram repetidas a cada 5 minutos durante as intervenções. Os valores de PAS, PAD e FC pré-sessão foram de aproximadamente 125mmHg, 75mmHg e 60bpm nas três sessões. Ao final das sessões, PAS, PAD e FC foram, respectivamente: CONT= 130(±27)mmHg, 75(±12)mmHg e 70(±8)bpm; BI= 143(±27)mmHg, 78(±16)mmHg e 82(±7)bpm; AI= 161(±27)mmHg, 86(±15)mmHg e 104(±17)bpm. Ambas as intervenções tiveram, em relação ao controle, maiores valores de PAS e FC em todos os pontos do tempo (ANOVA, P<0,05). A FC foi maior na sessão AI em relação a BI, exceto no minuto 15. A sessão AI teve valores mais altos de PAS e PAD, em relação à sessão BI, somente nos minutos 25 e 30, respectivamente. Os valores de PAD de BI foram maiores do que CONT apenas no minuto 5, já AI teve maior PAD em todos os pontos exceto 10 e 40 minutos comparado com CONT. Estes achados demonstram, preliminarmente, que as respostas de PA de indivíduos HAR submetidos a duas intensidades de exercício aeróbico encontram em patamares seguros dentro do esperado para hipertensos. Projeto aprovado pelo CEP HCPA. Palavra-chave: Hipertensão resistente; exercício aeróbico; pressão arterial. Projeto 13-0309