



## Programa De Treino De Exercício No Doente Com Deficiência De Alfa-1 Antitripsina (DAAT) E DPOC: Alta Ou Moderada Intensidade?

**Autora del comentario:** Dra. Cidália Rodrigues. MD, Pneumologia - ULS Coimbra

*Inga Jarosch, Tessa Schneeberger, Rainer Gloeckl, Daniela Kroll, Clancy Dennis, Wolfgang Hitzl, Klaus Kenn, Andreas Rembert Koczulla.*

**Respiration. 2025;104(3):200-205. doi: 10.1159/000541448. Epub 2024 Oct 19**

O treino de exercício físico é considerado umas das intervenções não farmacológicas mais importantes na abordagem do doente com DPOC; melhora a capacidade de exercício, a qualidade de vida e reduz complicações.

A evidência de benefício em doentes com DAAT é geralmente extrapolada de estudos com doentes com DPOC sem DAAT, devido à escassez de dados específicos para DAAT. Por outro lado, os dados disponíveis para pacientes com DAAT (genótipo PiZZ) indicam que, comparativamente aos pacientes com DPOC (genótipo PiMM), o benefício na melhoria da capacidade de exercício após o programa de treino pode ser menor.

Portanto, é fundamental otimizar os programas de treino, para melhorar a capacidade oxidativa do musculo e potenciar resultados.

Este estudo randomizado-controlado, realizado em uma população de doentes com DAAT e DPOC (30 doentes), teve como objetivo comparar os efeitos de um programas de treino, com diferentes intensidades de exercício (alta intensidade vs moderada intensidade) durante 3 semanas. Os resultados revelaram que tanto o treino de alta intensidade quanto o de intensidade moderada, foram igualmente eficazes em melhorar a capacidade de exercício, qualidade de vida e dispneia dos doentes. No entanto, apenas no grupo com treino de alta intensidade houve redução significativa dos sintomas de ansiedade e depressão, em doentes que previamente apresentavam níveis elevados destes sintomas.

O pequeno tamanho da amostra e a curta duração do estudo limitam a generalização dos resultados, no entanto, o estudo contribui para melhorar o entendimento da reabilitação respiratória nos doentes com DPOC associada a DAAT. Reforça que tanto o treino de alta intensidade quanto o de moderada intensidade são eficazes, permitindo personalizar o programa de acordo com a condição clínica e preferência do doente, mantendo os benefícios. Demonstrou que doentes com sintomas de ansiedade e depressão podem melhorar destes sintomas apenas quando é realizado treino de alta intensidade. A razão não é clara, mas sugere que a intensidade do exercício pode ter efeitos psicológicos importantes, além dos benefícios físicos, achados que merecem maior investigação atendendo o grande impacto das comorbilidades psicológicas na qualidade de vida do doente e adesão ao tratamento.