

PERGUNTE AO ESPECIALISTA

Atleta hiper-reator ao estresse mental pode ser liberado para competição?

Dra Renata Castro

Especialista em Clínica Médica e Medicina do Esporte, Mestre em Cardiologia e Doutora em Fisiopatologia
 Coordenadora do Laboratório de Fisiologia do Esforço do Instituto Nacional de Traumatologia e Ortopedia
<http://medicinadoexercicio.blogspot.com>

Para respondermos a esta pergunta é importante conhecer o teste de estresse mental e suas possíveis respostas. O teste de estresse mental é um exame utilizado em pesquisas, mas também clinicamente disponível. De forma simplificada, trata-se da avaliação das respostas cardiovasculares (eletrocardiograma, frequência cardíaca e pressão arterial) a um estímulo estressante padronizado. Apesar de existirem diferentes estímulos disponíveis, os testes mais utilizados no nosso meio são o teste de cores (Stroop color test) e o teste aritmético. No teste de cores, são apresentadas telas com fundo colorido onde está escrita uma palavra correspondente a uma cor. Solicita-se que o paciente diga em voz alta a cor com que as letras da tela estão pintadas. Tudo isso ocorre com um conflito auditivo, ou seja, o paciente usa simultaneamente um fone de ouvido e outras cores vão sendo faladas. Já no teste aritmético o paciente deverá realizar operações matemáticas, em geral somas de números com três dígitos, enquanto ouve números aleatórios através do fone de ouvido. Estes são os testes mais utilizados, visto que as variações normais de pressão arterial e frequência cardíaca a estes estímulos são conhecidas.

A introdução dos testes de estresse mental na prática clínica é recente e ainda pouco difundida, mesmo nos grandes centros brasileiros. Nos consensos nacionais e

“ A introdução dos testes de estresse mental na prática clínica é recente e ainda pouco difundida, mesmo nos grandes centros brasileiros. ”

internacionais, não há qualquer menção à utilização deste exame na decisão quanto à liberação ou não de atleta para competição. Entretanto, vale lembrar que os testes de estresse mental podem ser úteis na investigação e estratificação da doença arterial coronariana (DAC). Apesar de serem mais raros os casos em que encontramos alterações típicas do segmento ST capazes de diagnosticar isquemia miocárdica durante o estresse mental, a incorporação de cintilografia miocárdica ou ecocardiograma ao exame pode aumentar a sensibilidade diagnóstica.

Um estudo recente avaliou 138 pacientes com DAC estável por quase 6 anos, concluindo que aqueles com queda da fração de ejeção do ventrículo esquerdo durante o teste de estresse mental apresentavam risco relativo 1,7 vezes maior de apresentarem infarto ou morte nos próximos 6 anos¹. Resultados semelhantes foram encontrados quando o teste de estresse mental foi realizado em conjunto

com a cintilografia miocárdica². Assim, pacientes com isquemia miocárdica induzida pelo estresse mental devem ser estratificados e tratados semelhantemente àqueles com isquemia induzida pelo esforço físico, antes da liberação para a prática competitiva. As respostas pressóricas exacerbadas ao teste de estresse mental também devem ser valorizadas, pois indicam maior risco de desenvolvimento de hipertensão arterial sistêmica em indivíduos normotensos. Apesar de não haver contra-indicação à prática competitiva, tais indivíduos devem ser orientados quanto à mudanças saudáveis em seu estilo de vida, enfatizando menor ingestão de sal e prática regular de exercícios. Quando pacientes sabidamente hipertensos apresentam resposta pressórica exacerbada ao teste de estresse mental, mudanças no esquema anti-hipertensivo devem ser consideradas, bem como o maior estímulo à prática regular de exercícios e mudanças na dieta. Após melhor controle da pressão arterial, tais pacientes só estarão proibidos de competir caso já apresentem lesões de órgão-alvo pela hipertensão.

1. Babyak MA, Blumenthal JA, Hinderliter A, Hoffman B, Waugh RA, Coleman RE, et al. Prognosis after change in left ventricular ejection fraction during mental stress testing in patients with stable coronary artery disease. *Am J Cardiol.* Jan 1;105(1):25-8.

2. Krantz DS, Santiago HT, Kop WJ, Bairey Merz CN, Rozanski A, Gottdiener JS. Prognostic value of mental stress testing in coronary artery disease. *Am J Cardiol.* 1999 Dec 1;84(11):1292-7.

Sistemas de Ergometria e Ergoespirometria
 Esteiras para Avaliação e Reabilitação
 Desfibriladores, Cardioversores e Monitores
 ECG's Digitais, Oxímetros e Capnógrafos
 Assistência Técnica Permanente



Tel: (0xx21) 2592-9232
www.cael-on.com.br

**Porque sua tranquilidade é a
 nossa melhor imagem**