

Aerobic training decreases bronchial hyperresponsiveness and systemic inflammation in patients with moderate or severe asthma: a randomized controlled trial

O treinamento aeróbio reduz a hiperresponsividade brônquica e inflamação sistêmica em pacientes com asma moderada ou grave: um estudo clínico controlado e randomizado

RESUMO

Introdução: Os benefícios do treinamento aeróbio para as principais características da asma, como hiperresponsividade brônquica (HRB) e inflamação, são pouco compreendidos. Foram investigados os efeitos do treinamento aeróbio sobre HRB (desfecho primário), citocinas inflamatórias séricas (desfecho secundário), controle clínico, qualidade de vida (AQLQ) e inflamação das vias aéreas (desfecho terciárias).

Métodos: Foram estudadas cinquenta e oito pacientes, aleatorizados em grupo controle (GC) ou grupo de treinamento aeróbio (GT), entre duas visitas médicas e sem mudanças na medicação. Os pacientes do GC (programa educacional + exercícios de respiração [sham]) e GT (mesmo que o controle + treinamento aeróbio) foram acompanhados durante 3 meses. HRB, os níveis séricos de citocinas, escarro induzido, fração exalada de óxido nítrico (FeNO), controle clínico e AQLQ foram avaliados antes e após a intervenção.

Resultados: Após 12 semanas, 43 pacientes (21 CG / 22 TG) completaram o estudo e foram analisadas. Os pacientes do GT melhoraram a HRB em uma dupla dose (dd) (95% IC, 0,3-1,7 dd), reduziram IL-6 e MCP-1 no plasma e melhoraram AQLQ e a exacerbação na asma ($p < 0,05$). Não foram observados efeitos na IL-5, IL-8, IL-10, celularidade do escarro, FeNO e ACQ-7 ($p > 0,05$). Melhora intra-grupo foi encontrada no ACQ-6 para pacientes com asma não totalmente controlada e no eosinófilo do escarro e FeNO em pacientes do GT que tinham maior inflamação das vias aéreas.

Conclusão: O treinamento aeróbico reduziu a HRB e citocinas pró-inflamatórias no plasma, melhorou qualidade de vida e reduziu exacerbação da asma em pacientes com asma moderada ou grave. Estes resultados sugerem que a adição de exercício como terapia adjuvante ao tratamento farmacológico pode melhorar as características principais da asma.

Número de registo de avaliação: NCT-02033122.