

**CHP DERC**

**Comissão de Habilitação  
Profissional do DERC**

**EDITAL EXAME DE SUFICIÊNCIA PARA  
OBTENÇÃO DO CERTIFICADO DE ATUAÇÃO  
NA ÁREA EM ERGOMETRIA – 2020  
Brasília/DF - 23 novembro 2020**

**Imperdível!**

**O Papel da Cardiologia  
Nuclear na Prática Clíni-  
ca Atual: Realidade Ba-  
seada em Evidências.**



**DERC - Webinar #2**

**Esquina Científica**

- Artigo em Destaque:  
Estratégia Alternativa  
para Promover a Práti-  
ca de Atividades Físicas

**Homenagem do DERC**

Karlman Wasserman  
e sua brilhante con-  
tribuição: o limiar  
anaeróbico!

**Crônicas do DERC**

Dr Josmar de Castro Al-  
ves nos traz uma crôni-  
ca divertida: "Será que  
nem isso eu posso ver?"

## EXPEDIENTE

**Jornal do DERC é o boletim informativo do Departamento de Ergometria, Exercício, Cardiologia Nuclear e Reabilitação Cardiovascular da Sociedade Brasileira de Cardiologia, uma publicação mensal.**

**Jornal do DERC 2020;02(07):1-18**

Presidente do DERC/SBC:  
**Gabriel Blacher Grossman**

Editor do Jornal do DERC:  
**Mauro Augusto dos Santos**

Conselho Editorial do Jornal do DERC:  
**Christina Grüne de Souza e Silva**  
**Josmar de Castro Alves**  
**Maurício Milani**  
**Odilon Gariglio Alvarenga de Freitas**  
**Tales de Carvalho**

Coordenadora da Comunicação DERC:  
**Susimeire Buglia**

**Projeto Gráfico, Edição de Textos e Diagramação: Odilon Gariglio A. de Freitas (OGAF).**

**Publicação Eletrônica / Online. Distribuído gratuitamente para os sócios do DERC e da SBC em todo o Brasil.**

**Os artigos assinados não refletem necessariamente a opinião do Jornal.**

**Endereço para correspondência**  
Secretaria Departamentos Especializados - SBC/DERC  
Av. Marechal Câmara, 160, 3º andar  
sala: 330 - Centro / Rio de Janeiro  
RJ / Brasil / CEP: 20020-907  
Tel.: (21) 3478-2700

**Contato: [derc.sbc@gmail.com](mailto:derc.sbc@gmail.com)**

**[www.derc.org.br](http://www.derc.org.br)**



Filiado:



### **Mauro Augusto dos Santos**

- Editor do Jornal do DERC - Cardiologista e Ergometrista - Médico do Serviço de Ergometria e Medicina Nuclear do Instituto Nacional de Cardiologia (INC) / RJ - Diretor Médico da ACE Cardiologia do Exercício / RJ - Mestre em Ciência Cardiovasculares pelo INC

De forma constante o DERC tem procurando evoluir e inovar em suas ações, um exemplo desse novo caminhar é a série de Webinars do DERC que teve sua estreia capitaneada pelo grupo de estudos da Reabilitação Cardiovascular, um sucesso de audiência e de interação. Outros Webinars estão a caminho, fiquem atentos à programação.

Atenção também ao edital para o exame de suficiência para obtenção do certificado de atuação na área em ergometria, que ocorrerá no dia 23 de novembro de 2020, durante o 75º Congresso Brasileiro de Cardiologia em Brasília/DF.

Destacamos a homenagem póstuma ao Professor Karlman Wasserman, seus estudos sobre o metabolismo anaeróbico foraa um marco na fisiologia clínica, muito bem pontuado pela Dra. Christina Grüne, que também nos brindou com um artigo que nos faz refletir sobre a forma como propagamos a luta contra o sedentarismo. Continuando na educação continuada, não deixem de acessar a nova edição da Revista do DERC.

Boa leitura a todos!

## Você sabia?

**O Jornal do DERC também pode ser lido no formato de *flipbook*: um PDF com a aparência de publicação impressa, amigável e interativo! Aproveite!**



**4** **DERC Interativo: Prova de título atuação em Ergometria, temas livres virtuais e Webinars**

**5** **GECN/DERC: Webinar #2: O papel da cardiologia nuclear na prática clínica atual.**

**6** **CHP-DERC: Edital exame prova de atuação na área em Ergometria.**

**15** **Revista do DERC: Não percam a 2ª Edição da Revista do DERC!**

**16** **Homenagem: Karlman Wasserman e sua brilhante contribuição: o limiar anaeróbico!**

**17** **Crônicas do DERC: "Será que nem isso eu posso ver?"**

**18** **Artigo em Destaque: Estratégia alternativa para promover a prática de atividades físicas.**



**03 de agosto 2020**  
19h50 às 21h30

**O Papel da Cardiologia Nuclear na Prática Clínica Atual: Realidade Baseada em Evidências.**

**DERC - Webinar #2**



**CHP DERC** Comissão de Habilitação Profissional do DERC

**EDITAL EXAME DE SUFICIÊNCIA PARA OBTENÇÃO DO CERTIFICADO DE ATUAÇÃO NA ÁREA EM ERGOMETRIA - 2020**  
Brasília/DF - 23 novembro 2020  
Durante o 75º Congresso Brasileiro de Cardiologia



**Revista do DERC**

**2ª edição de 2020!**

ANO 2020 | VOLUME 26 | NÚMERO 2  
ISSN 2177-3564



**HOMENAGEM**

**Karlman Wasserman e sua brilhante contribuição para a Medicina do Exercício e do Esporte: o limiar anaeróbico!**



**CRÔNICAS DO DERC**

**Será que nem isso eu posso ver?**



# Prova de Título Atuação em Ergometria, Temas Livres Virtuais do Congresso e Webinares



## Gabriel Blacher Grossman – Presidente do DERC

- Doutor em Cardiologia pela UFRGS | - Especialista em Cardiologia pela SBC e em Medicina Nuclear pela SBBMN | - Fellow em Cardiologia Nuclear/Medicina Nuclear na Emory University, EUA | - Médico da Cardionuclear, Instituto de Cardiologia, Porto Alegre | - Chefe do Serviço de Medicina Nuclear do Hospital Moinhos de Vento, Porto Alegre

### Caros colegas e sócios do DERC,

Conforme planejado, tivemos a nossa primeira webinar do DERC no dia 6 de julho. O evento foi um sucesso, contando com 459 inscritos e 392 participantes simultâneos. Esta audiência mostrou a força do nosso Departamento, e um dos pilares desta gestão, que é aproximar o DERC do sócio e dos colegas e oferecer conteúdo de qualidade foi atingido.

O programa contou com excelentes palestras ministradas por competentes colegas que nos brindaram por mais de 90 minutos com uma discussão rica e atual sobre os principais aspectos da Reabilitação Cardiovascular.

Seguindo a linha da qualificação profissional e busca pela excelência, mais uma vez será realizado o exame de suficiência para obtenção do certificado de atuação na área de ergometria. O edital já se encontra publicado no Portal do DERC e os candidatos poderão encontrar todas as informações e documentação necessária acessando o mesmo.

Estimulamos que os sócios e colegas que trabalham na área da ergometria realizem a prova, pois desta forma poderemos qualificar ainda mais a realização dos exames e buscar uma remuneração mais justa.

Da mesma forma, as regras para o envio de temas livres digitais para o XXVI Congresso Nacional do DERC também estão disponíveis no nosso portal. A submissão e apresentação dos temas livres será de maneira digital. Estimulamos que os colegas participem, pois assim será possível conhecer e divulgar a sua produção científica, tão importante para o avanço da Cardiologia Nacional e das áreas que fazem parte do nosso Departamento.

Associe-se ao DERC! Desta maneira os colegas que ainda não são associados auxiliam no crescimento do nosso Departamento, das nossas áreas de atuação e têm acesso a todo o conteúdo exclusivo do sócio.

Saudações derquianas!



**03 de agosto 2020**

**19h50 às 21h30**

# O Papel da Cardiologia Nuclear na Prática Clínica Atual: Realidade Baseada em Evidências.

## DERC - Webinar #2

**LINK DE ACESSO - disponível no Portal do DERC no dia do evento:**  
**[www.derc.org.br](http://www.derc.org.br)**

### APRESENTAÇÕES E DISCUSSÕES:

- ✓ **O que a Diretriz de Cardiologia Nuclear trouxe de novo?**
- ✓ **Valor da associação do escore de cálcio com a perfusão miocárdica.**
- ✓ **Determinação da reserva coronariana no auxílio da avaliação dos pacientes: realidade brasileira.**
- ✓ **Qual o papel da cardiologia nuclear após o estudo ISCHEMIA?**

### PALESTRANTES CONVIDADOS:



**Lara Cristiane Terra F. Carreira**  
Presidente do Grupo de Estudos de Cardiologia Nuclear do DERC

**Luiz Eduardo Mastrocola**  
Ex-Presidente do DERC (1993/1994)



**Rafael Willain Lopes**  
Primeiro Secretário da SBMN

**Ronaldo Leão Lima**  
Vice-Presidente Cardiologia Nuclear do DIC



**Gabriel Blacher Grossman**  
Presidente do DERC (2020/2021)

Realização:



Apoio:



**Gratuito - Vagas Limitadas**  
**Mais Informações:**  
**[www.derc.org.br](http://www.derc.org.br)**

# Comissão de Habilitação Profissional do DERC

## EDITAL EXAME DE SUFICIÊNCIA PARA OBTENÇÃO DO CERTIFICADO DE ATUAÇÃO NA ÁREA EM ERGOMETRIA – 2020

Brasília/DF - 23 novembro 2020

Acessem e leiam na íntegra: [www.derc.org.br](http://www.derc.org.br)

### EDITAL DE CONVOCAÇÃO PARA EXAME DE SUFICIÊNCIA PARA OBTENÇÃO DO CERTIFICADO DE ATUAÇÃO NA ÁREA EM ERGOMETRIA – 2020

O Departamento de Ergometria, Exercício, Cardiologia Nuclear e Reabilitação Cardiovascular da Sociedade Brasileira de Cardiologia (DERC), vem lançar o Edital para o exame de suficiência para a obtenção de Certificado de Atuação em Ergometria, no ano de 2020, em conformidade com a normativa da Associação Médica Brasileira (AMB) e Sociedade Brasileira de Cardiologia (SBC).

Este Certificado de Atuação é reconhecido pela Associação Médica Brasileira e apresenta relevância cada vez maior na vida profissional do cardiologista.

#### 1. DA REALIZAÇÃO DAS PROVAS

##### 1.1. LOCAL:

No ano de 2020, a prova para a obtenção do Certificado de Atuação ocorrerá, em uma oportunidade, no seguinte recinto:

75º Congresso Brasileiro de Cardiologia em Brasília - Dia 23 de novembro de 2020, das 9h às 12h – (Data e horário provável, sujeita a alterações. Mais detalhes serão divulgados posteriormente).

##### 1.2. INSCRIÇÃO

As inscrições deverão ser realizadas **até 60 (sessenta) dias antes da data da realização da respectiva prova**, única e exclusivamente através do **E-Commerce SBC** e seguirão este Edital.

Todos os documentos obrigatórios para a inscrição, taxas, cartas de apresentações e declarações constantes deste Edital deverão ser anexados no momento da realização da inscrição, nos prazos determinados a seguir. Após o período de inscrição, não serão permitidas inclusões de documentação, modificações ou mudanças nas fichas e informações prestadas pelo candidato.

Caso o candidato não seja aprovado e queira se inscrever na próxima prova deverá enviar novamente os documentos e realizar o pagamento da taxa.

A efetivação da inscrição do candidato implicará no conhecimento e na tácita aceitação das normas e condições estabelecidas neste Edital, em relação às quais não poderá alegar desconhecimento.

O candidato será responsável por qualquer erro ou omissão, bem como pelas informações falsas ou tendenciosas prestadas no ato da inscrição.

O DERC não se responsabiliza, quando os motivos de ordem técnica não lhe forem imputáveis, por inscrições não recebidas por falhas de comunicação, congestionamento das linhas de comunicação, falhas de impressão, problemas de ordem técnica nos computadores utilizados pelos candidatos, bem como por outros fatores alheios que impossibilitem a transferência e recebimento dos dados da inscrição.

# EDITAL EXAME DE SUFICIÊNCIA PARA OBTENÇÃO DO CERTIFICADO DE ATUAÇÃO NA ÁREA EM ERGOMETRIA – 2020

Brasília/DF - 23 novembro 2020

Acessem e leiam na íntegra: [www.derc.org.br](http://www.derc.org.br)

Verificado, a qualquer tempo, o recebimento de inscrição que não atenda aos requisitos constantes deste Edital e/ou contenha qualquer declaração falsa ou inexata, será a mesma cancelada para todos os fins. Como consequência serão anulados todos os atos decorrentes da inscrição, mesmo que o candidato tenha sido aprovado nas provas, sem prejuízo do ajuizamento das ações cabíveis.

A lista com o nome dos candidatos aptos a realizarem a prova será disponibilizada no site do Departamento até 30 (trinta) dias antes da data da prova.

## 1.2.1 PRÉ-REQUISITOS

Declaração/certificado de conclusão de residência médica/MEC na área de ergometria, com formação e treinamento mínimo de 1(um) ano contínuo

**Ou;**

Conclusão de treinamento na área, reconhecido pela Associação de Especialidade, com duração igual a do programa de Residência Médica da CNRM/MEC

**Ou;**

Documento de comprovação de experiência e atuação contínua na área de ergometria por pelo menos o dobro do tempo do programa de residência médica em ergometria, o que corresponde a um mínimo de 2(dois) anos.

O documento deve ser assinado pela respectiva chefia médica do serviço de atuação, em papel timbrado e com firma reconhecida, escaneada (cópia digital) por médico titulado em Cardiologia ou Ergometria. (ANEXO I).

## 1.2.2 DOCUMENTOS OBRIGATÓRIOS PARA A INSCRIÇÃO

Os documentos obrigatórios para a inscrição deverão ser anexados no momento da inscrição via **E-Commerce SBC**. Na falta de qualquer um dos documentos obrigatórios a inscrição não será efetivada. Documentos obrigatórios a serem enviados:

1. Cópia digital (escaneada) do diploma de médico;
2. Cópia digital (escaneada) da carteira definitiva do Conselho Regional de Medicina;
3. Cópia digital (escaneada) do Título de Especialista emitido pela Associação Médica Brasileira e Sociedade Brasileira de Cardiologia **ou** cópia digital (escaneada) do Certificado de Residência Médica, reconhecida pelo MEC, na área de Cardiologia.

4. *Curriculum vitae* em formato digital (arquivo do word), com páginas numeradas, e inserção das figuras (cópias) dos respectivos certificados, sejam estágios, cursos livres, cursos em congressos, participações em eventos ou qualquer outra atividade em Ergometria, artigos originais ou de atualização, temas livres apresentados em eventos, teses, livros, e outras eventuais atividades conforme descritos na tabela do item 2.2.1-"Certificados e demais documentos anexados ao currículo".

As publicações em periódicos poderão ser acompanhadas da citação do QUALIS do periódico; a Comissão de Habilitação se encarregará de avaliar o Qualis através do site [www.periodicos.capes.gov.br](http://www.periodicos.capes.gov.br).

Os certificados de Cursos deverão declarar a carga horária, sem a qual, não serão incluídos na pontuação. Os Certificados referentes a Cursos na Área de Cardiologia deverão ser acompanhados

**Acessem e leiam na íntegra: [www.derc.org.br](http://www.derc.org.br)**

de outros certificados ou declarações, explicitando a carga horária em Ergometria.

Não serão aceitos, para fins de pontuação, os certificados referentes a outras áreas da Cardiologia ou certificados avulsos não incluídos no currículo. Nenhum documento poderá ser anexado após o ato da inscrição.

#### **Inscrição e envio da Documentação**

Endereço eletrônico: <https://ecommerce.cardiol.br/>.

#### **1.2.3 TAXA DE INSCRIÇÃO**

O pagamento da taxa de inscrição deverá ser feito no momento da inscrição, via **e-commerce** SBC, mediante cartão de crédito ou boleto bancário.

O valor da taxa de inscrição é de R\$ 360,00 (trezentos e sessenta reais) para sócios do DERC e/ou AMB e de R\$ 600,00 (seiscentos reais) para o sócio não quite e não sócios. Não haverá, em hipótese alguma, isenção total ou parcial do valor da taxa de inscrição.

O candidato regularmente inscrito poderá desistir até 30 (trinta) dias antes da data da Prova, através de envio de e-mail para [departamentos@cardiol.br](mailto:departamentos@cardiol.br) e receberá a devolução de 50% do valor pago pela inscrição. O candidato deverá explicar o motivo do cancelamento e encaminhar seus dados bancários. Tal devolução será efetuada em até 30 (trinta) dias após a realização das provas.

O candidato que não comparecer à prova na data estipulada ou não oficializar a sua desistência até 30 dias antes da data estipulada, perderá o valor total pago a título de inscrição.

O valor da inscrição não poderá ser repassado a terceiros nem poderá servir para inscrição automática em outras provas, devendo ser resgatado pelo candidato em caso de desistência.

A inscrição para a prova não contempla a participação no referido congresso.

#### **1.2.4 INSCRIÇÃO DE PESSOA PORTADORA DE DEFICIÊNCIA**

O candidato portador de deficiência que necessitar de condição especial para fazer as provas poderá requerê-la preenchendo o Anexo II, e enviando junto com a ficha de inscrição, durante o período determinado.

A pessoa portadora de deficiência é aquela que apresenta, em caráter permanente, disfunção de natureza física, sensorial ou mental, que gere incapacidade para o desempenho de atividade, dentro de um padrão considerado normal para o ser humano, conforme estabelecido no Decreto 3.298/99.

As pessoas portadoras de deficiência, resguardadas as condições previstas no Decreto n.3.298/1999, particularmente em seu art. 40, participarão do Exame em igualdade de condições com os demais candidatos, no que se refere ao conteúdo das provas, à avaliação e aos critérios de aprovação, ao dia, horário e local de aplicação das provas e à nota mínima exigida.

O candidato portador de deficiência, no ato da inscrição, deverá proceder da seguinte forma:

- a) informar se é portador de deficiência;
- b) selecionar o tipo de deficiência;
- c) especificar a deficiência;
- d) informar se necessita de condições especiais para a realização das provas.

As condições especiais previstas no §1º do art. 40 do Decreto Federal n.3.298/1999 deverão ser indicadas pelo candidato no Formulário Eletrônico de Inscrição. A realização de provas em condições especiais para o candidato portador de deficiência, assim considerada aquela que possibilita a prestação do exame respectivo, é condicionada à solicitação prévia pelo mesmo, conforme prazo determinado no item 1.2 e ainda está sujeita à legislação específica, observada a possibilidade técnica examinada pela Comissão.

O local de realização das provas, para o candidato portador de deficiência, será acessível

# Comissão de Habilitação Profissional do DERC

**Acessem e leiam na íntegra: [www.derc.org.br](http://www.derc.org.br)**

conforme a deficiência. A não solicitação de condições especiais para a realização da prova, conforme disposto neste Edital, implicará sua não concessão no dia da realização das provas, e o candidato terá as provas preparadas nas mesmas condições dos demais candidatos, não lhe cabendo qualquer reivindicação a esse respeito no dia da prova ou posteriormente.

O atendimento às condições especiais solicitadas ficará sujeito à análise de viabilidade e razoabilidade do pedido.

Para os casos de sério comprometimento à saúde que tenha ocorrido após a inscrição, o candidato deverá imediatamente entrar em contato com a secretaria do departamento anexando atestado médico onde também conste a data do episódio, quando a comissão de habilitação julgará cada caso.

## 2. PROVA E PONTUAÇÕES

Todos os candidatos serão submetidos à prova de conhecimento teórico e análise curricular. A pontuação máxima da análise curricular será de 30 (trinta) pontos e a pontuação máxima da prova teórica será de 70 (setenta) pontos, perfazendo um total de 100 (cem) pontos.

### 2.2.1. 1ª ETAPA – ANÁLISE CURRICULAR

A análise curricular levará em conta aspectos da formação técnica, produção científica e atividades de atualização em Cardiologia, conforme documentação comprobatória enviada junto com a inscrição. Não serão aceitos inclusão ou substituição de documentos após o término da inscrição.

O valor máximo de pontos obtidos na análise curricular será de 30 (trinta) pontos, mesmo que o candidato tenha pontuação superior a esta conforme os valores atribuídos a seguir.

Os valores atribuídos aos certificados e demais documentos anexados ao currículo são os seguintes:

<b>Certificados e demais documentos anexados ao currículo</b>	<b>Pontos</b>
Título Mestre reconhecido pela Coordenação de Aperfeiçoamento Pessoal de Nível Superior.	10
Título Doutor reconhecido pela Coordenação de Aperfeiçoamento Pessoal de Nível Superior.	12
Título de Livre Docência.	12
Autoria (primeiro autor ou co-autor) de publicação de artigo original ou de revisão, na área de ergometria, em revista Qualis A nos últimos 5 anos.	7
Autoria (primeiro autor ou co-autor) de publicação de artigo original ou de revisão, na área de ergometria, em revista Qualis B nos últimos 5 anos.	6
Autoria (primeiro autor ou co-autor) de publicação de artigo original ou de revisão, na área de ergometria, em revista Qualis C ou na Revista do DERC nos últimos 5 anos.	5
Autoria (primeiro autor ou co-autor) de publicação de artigo original ou de revisão, em qualquer área da cardiologia, em revista Qualis A nos últimos 5 anos.	5
Autoria (primeiro autor ou co-autor) de publicação de artigo original ou de revisão, em qualquer área da cardiologia, em revista Qualis B nos últimos 5 anos.	4
Autoria (primeiro autor ou co-autor) de publicação de artigo original ou de revisão, em qualquer área da cardiologia, em revista Qualis C ou na Revista do DERC nos últimos 5 anos.	3
Premiação tema livre de sua autoria (primeiro autor) em Congresso do DERC, nos últimos 5 anos.	6
Premiação de tema livre de sua autoria (primeiro autor), em Congresso Brasileiro de Cardiologia da SBC, Congresso das Sociedades Estaduais e Regionais da SBC, referente à ergometria, nos últimos 5 anos.	4
Premiação de tema livre de sua co-autoria em Congresso do DERC, nos últimos 5 anos.	5
Premiação de tema livre de sua co-autoria, em Congresso Brasileiro de Cardiologia da SBC ou Congresso das Sociedades Estaduais e Regionais da SBC, referente à ergometria, nos últimos 5 anos.	3

**Acessem e leiam na íntegra: [www.derc.org.br](http://www.derc.org.br)**

Apresentação de tema livre (como autor ou co-autor), em Congresso Brasileiro de Cardiologia da SBC ou Congresso do DERC, referente à ergometria, nos últimos 5 anos.	3
Apresentação de tema livre (como autor ou co-autor), em Congresso das Sociedades Estaduais ou Regionais da SBC referente à ergometria, nos últimos 5 anos.	2
Autoria ou editoria de livro médico.	8
Co-autoria ou Co-editoria de livro médico.	6
Autoria de capítulo de livro médico.	5
Co-autoria de capítulo de livro médico.	4
Realização de Curso de Ergometria, nos últimos 5 anos, em instituição reconhecida, onde uma hora/aula equivale a 0,1 pontos para curso virtual e 0,2 pontos por curso presencial. Além da pontuação das aulas será somado mais 0,5 pontos se o Curso for reconhecido / apoiado pelo DERC.	Máximo de 2 pontos por curso.
Participação como palestrante de mesas redondas, colóquios, conferências, simpósios ou aulas, ministradas em Congressos do DERC.	5
Participação como palestrante de mesas redondas, colóquios, conferências, simpósios ou aulas ministradas em Congresso Brasileiro de Cardiologia, Congressos de Sociedades Estaduais e Regionais ou de eventos específicos de Ergometria reconhecidos pela SBC.	3
Participação em Congresso do DERC nos últimos 5 anos.	4
Participação em Congresso Brasileiro de Cardiologia da SBC nos últimos 5 anos.	3
Participação em Congressos de Sociedades Estaduais e Regionais da SBC ou de eventos específicos de Ergometria reconhecidos pela SBC, nos últimos 5 anos.	2
Certificado de realização do curso Advanced Cardiac Life Support ou, do Treinamento de Emergências Cardiovasculares Avançado (TECA) organizado pela SBC, realizado nos últimos 2 anos.	3
Atividade de preceptoria de Residência Médica em Cardiologia reconhecida pelo MEC, nos últimos 5 anos.	1 ponto por ano
Participação em jornadas, simpósios e outros cursos presenciais da SBC e de suas Regionais, Estaduais e seus outros Departamentos da SBC (fora o DERC) e que não concomitantes entre si ou inseridos em Congressos já pontuados acima, nos últimos 2 anos.	1 ponto por evento. Máximo 5 pontos.
Congressos Internacionais de Cardiologia realizados fora do Brasil, nos últimos 5 anos.	3

## 2.2.2. 2ª ETAPA – PROVA TEÓRICA

A prova teórica constará de 40 (quarenta) questões de múltipla escolha e 3 (três) testes ergométricos a serem interpretados. As questões versarão sobre o seguinte conteúdo programático (baseado na bibliografia recomendada – item 2.2.3):

1. Fundamentos de Fisiologia do Exercício;
2. Conhecimento teórico e prático da metodologia, aplicação e interpretação do Teste Ergométrico.

O valor máximo de pontos obtidos na prova teórica será de 70 (setenta) pontos.

Caso ocorram assuntos controversos em alguma das questões, será considerado como certo a resposta concordante com a III Diretriz sobre Teste Ergométrico da Sociedade Brasileira de Cardiologia, citado como: Meneghelo RS, Araújo CGS, Stein R, Mastrocolla LE, Albuquerque PF, Serra SM et al/Sociedade Brasileira de Cardiologia. III Diretrizes da Sociedade Brasileira de Cardiologia sobre Teste Ergométrico. Arq Bras Cardiol 2010; 95(5 supl.1): 1-26

## 2.2.3. BIBLIOGRAFIA RECOMENDADA

A bibliografia básica recomendada inclui as seguintes publicações:

- 1 - Mastrocolla LE, Brito AX, Brito FS et al. Consenso Nacional de Ergometria. Arq Bras Cardiol. 1995; 65: 189-211.
- 2 - Andrade JP, Boas FV, Brito FS et al. II Diretriz da Sociedade Brasileira de Cardiologia sobre

**Acessem e leiam na íntegra: [www.derc.org.br](http://www.derc.org.br)**

Ergometria. Arq Bras Cardiol. 2002; 78(supl II): 1-18.

3- Meneghelo RS, Araújo CGS, Stein R, Mastrocolla LE, Albuquerque PF, Serra SM et al/Sociedade Brasileira de Cardiologia. III Diretrizes da Sociedade Brasileira de Cardiologia sobre Teste Ergométrico. Arq Bras Cardiol. 2010; 95(5 supl.1): 1-26.

4 - Ghorayeb N, Stein R, Daher DJ, Silveira AD, Ritt LEF, Santos DFP et al. Atualização da Diretriz em Cardiologia do Esporte e do Exercício da Sociedade Brasileira de Cardiologia e da Sociedade Brasileira de Medicina do Esporte – 2019. Arq Bras Cardiol. 2019;112(3):326-368.

5 - Braunwald – Tratado de Doenças Cardiovasculares. 10ª edição. Editora GEN Guanabara Koogan. 2017.

6 - Livro-Texto da Sociedade Brasileira de Cardiologia. 2ª edição. Editora Manole. 2015.

7 - Serra SM, Lima RSL et al. Teste Ergométrico, Teste Cardiopulmonar de Exercício, Cardiologia Nuclear, Reabilitação Cardiopulmonar e Metabólica, Cardiologia do Esporte e do Exercício – o livro do DERC. Elsevier Editora Ltda. 2019.

#### **2.2.4. GABARITO / RECURSO**

A divulgação do gabarito da prova teórica será feita imediatamente após o término da prova, no próprio local.

As provas serão corrigidas pela Comissão Julgadora. A entrega do caderno de questões de todas as fases da prova será feito tão logo a respectiva fase seja encerrada. O candidato terá um prazo máximo de 7 (sete) dias após a divulgação do gabarito da prova teórica para interpor recurso, única e exclusivamente, sobre as questões da prova, através de e-mail ([departamentos@cardiol.br](mailto:departamentos@cardiol.br)), encaminhada para Comissão Julgadora, e discriminando no assunto "Recurso Prova DERC 2019", informando nome e CPF do candidato. A Comissão Julgadora procederá à análise do recurso, tendo total autonomia sobre o julgamento e postura a adotar. Não será concedido novo recurso sobre o recurso anteriormente avaliado.

### **3. CONDIÇÕES PARA REALIZAÇÃO DAS PROVAS**

O tempo previsto de aplicação da prova será de 3 h (três horas), sem prorrogações.

O candidato deverá comparecer ao local das provas, com antecedência mínima de 30 minutos do horário previsto para o início da realização, munido de documento original de identidade, com foto, caneta esferográfica de tinta azul ou preta, lápis, borracha, comprovante de inscrição da prova e crachá de identificação do congresso.

O ingresso dos candidatos no local de realização das provas somente será permitido no horário estabelecido, munido do original do seu documento de identificação em perfeitas condições, sendo aceitos o Registro de Identidade (RG), a Carteira expedida pelo Conselho Regional de Medicina, ou Passaporte, ou Carteira Nacional de Habilitação emitida nos termos da Lei Federal nº 9503/97 (com foto) ou da Carteira de Trabalho e Previdência Social.

Será exigida a apresentação do original do documento de identificação, não sendo aceitas cópias, ainda que autenticadas.

No caso de perda, roubo ou na falta do documento de identificação com o qual se inscreveu no Exame, o candidato, poderá apresentar outro documento oficial de identificação.

Não serão aceitos documentos de identificação com prazos de validade vencidos, ilegíveis, não identificáveis e/ou danificados.

O candidato, durante a realização das provas, poderá ser submetido a identificação que compreende a coleta de assinatura e impressão digital em formulário próprio.

**Acessem e leiam na íntegra: [www.derc.org.br](http://www.derc.org.br)**

Não será admitido o ingresso de candidatos nos locais de realização das provas após o horário fixado para o seu início.

Não será permitido a nenhum candidato prestar quaisquer das provas fora da data, horário ou espaço físico determinado.

Não haverá sob pretexto algum segunda chamada, nem será justificada falta, sendo considerado eliminado do exame o candidato que faltar a prova.

Depois de identificado e instalado, o candidato somente poderá ausentar-se da sala acompanhado de um fiscal.

Durante o período de realização das provas, não será permitido o uso de óculos escuros, bonés, chapéus e similares.

Não será permitido nenhum tipo de consulta a livros, periódicos, compêndios, revistas, impressos, manuais, códigos, anotações ou a qualquer material que contenha informações sobre medicina.

É proibido, durante a realização das provas, fazer uso ou portar, mesmo que desligados, telefone celular, relógio digital, pagers, bipe, agenda eletrônica, calculadora, walkman, tablet, notebook, palmtop, gravador transmissor/receptor de mensagens de qualquer tipo, que possibilitem o acesso a informações médicas ou comunicação à distância ou interpessoal, e a utilização de qualquer recurso audiovisual próprio, podendo a organização do exame vetar a utilização pelo candidato de outros aparelhos além dos anteriormente citados.

Somente serão permitidas marcações na Folha de Respostas, relativas à prova, feitas com caneta esferográfica azul ou preta.

Será vedada qualquer colaboração ou participação de terceiros, respeitadas as condições solicitadas e concedidas a portadores de necessidade especiais.

O candidato não poderá amassar, molhar, dobrar, rasgar ou rasurar, de qualquer modo, a Folha de Resposta da prova, sob pena de arcar com os prejuízos advindos da impossibilidade de leitura ou correção das mesmas.

Em hipótese alguma haverá substituição da Folha de Resposta relativa a prova, por erro do candidato, salvo em situações que a Comissão julgar necessário.

A Folha de Respostas será o único documento válido para efeito de correção.

O preenchimento da Folha de Respostas será de inteira responsabilidade do candidato, que deverá proceder em conformidade com as instruções específicas contidas na mesma e no presente Edital.

Será atribuída nota zero à questão que contiver mais de uma ou nenhuma resposta assinalada, emenda ou rasura.

Será fornecido ao candidato, folha própria para a cópia da Folha de Respostas. Fica vedada a realização de qualquer anotação adicional nesta folha. Não será permitido ao candidato levar a prova

As instruções constantes nos cadernos de questões das provas e nas folhas de respostas, bem como as que forem apresentadas no ato de realização da prova, complementam este edital e deverão ser rigorosamente observadas e seguidas pelo candidato.

**Terá a sua prova anulada e será eliminado do exame o candidato que incorrer nas seguintes situações:**

- a- apresentar-se após o início da prova;
- b- fizer uso ou portar, mesmo que desligados, durante o período de realização das provas, quaisquer equipamentos eletrônicos ou instrumentos de comunicação;
- c- deixar de atender as normas contidas nos cadernos de questões das provas, na folha de respostas e as demais orientações expedidas pela Comissão;
- d- ausentar-se da sala de provas sem o acompanhamento do fiscal ou antes de decorrido o período fixado para saída;

**Acessem e leiam na íntegra: [www.derc.org.br](http://www.derc.org.br)**

e- marcar ou escrever, respectivamente, a lápis, as folhas de respostas, bem como qualquer forma de identificação do candidato fora do lugar especificamente indicado para tal finalidade;

f- não devolver a prova e a folha de respostas;

g- durante a realização das provas, for surpreendido em comunicação com outro candidato ou terceiros, verbalmente, por escrito, ou por qualquer outra forma;

h- utilizar-se de livros, periódicos, compêndios, códigos, manuais, impressos, anotações e revistas ou qualquer material ou aparelho eletro-eletrônico que contenha informações sobre medicina;

i- lançar mão de meios ilícitos para executar as provas;

j- realizar anotações em papel avulso ou qualquer outro local que não seja a prova ou folha de respostas;

k- ausentar-se da sala com a prova e/ou a folha de respostas;

l- não atender a solicitações dos fiscais, equipe de aplicação da prova, autoridades presentes e Comissão;

m- faltar com o devido respeito para com qualquer membro da equipe de aplicação da prova, as autoridades presentes e/ou os candidatos.

Se a qualquer tempo for constatado, por meio eletrônico, estatístico, visual ou grafológico, ter o candidato utilizado meios ilícitos, sua prova será anulada e ele será automaticamente eliminado do Exame.

Não haverá prorrogação de tempo previsto para a aplicação da prova em virtude de afastamento do candidato, por qualquer motivo, da sala de exame.

Os candidatos somente poderão ausentar-se do recinto das provas após decorrida uma hora do início das mesmas.

Na prova, os 3 (três) últimos candidatos de cada sala só poderão sair juntos. O candidato que não observar o disposto, insistindo em sair do local de aplicação das provas, deverá assinar termo desistindo do Exame e, caso se negue, deverá ser Lavrado Termo de Ocorrência, testemunhado por 2 (dois) outros candidatos, pelos fiscais e pelo executor.

A candidata lactante que necessitar amamentar durante a realização das provas poderá fazê-lo, desde que assim o requeira junto à Comissão. Não haverá compensação do tempo de amamentação em favor da candidata. A criança deverá estar acompanhada somente de um adulto responsável por sua guarda (familiar ou terceiro indicado pela candidata), e a permanência temporária desse adulto, em local apropriado, será autorizada pela Comissão do Exame.

A candidata, durante o período de amamentação, será acompanhada de fiscal que garantirá que sua conduta esteja de acordo com os termos e condições deste Edital.

A solicitação deverá ser feita por e-mail em até 07 (sete) dias úteis antes da data de realização das provas. A candidata que não apresentar a solicitação no prazo estabelecido, seja qual for o motivo alegado, poderá não ter a solicitação atendida por questões de não adequação das instalações físicas do local de realização das provas.

#### **4. CRITÉRIOS PARA APROVAÇÃO / DIVULGAÇÃO DO RESULTADO**

Serão aprovados os candidatos que obtiverem no mínimo 70 (setenta) pontos na soma da prova teórica e análise curricular.

O resultado final será divulgado em até 30 (trinta) dias após a data de realização da prova no site do DERC, no portal da Sociedade Brasileira de Cardiologia: <http://departamentos.cardiol.br/sbc-derc/>

**Comissão de Habilitação  
Profissional do DERC****EDITAL EXAME DE SUFICIÊNCIA PARA  
OBTENÇÃO DO CERTIFICADO DE ATUAÇÃO  
NA ÁREA EM ERGOMETRIA – 2020****Brasília/DF - 23 novembro 2020****Acessem e leiam na íntegra: [www.derc.org.br](http://www.derc.org.br)****5. CONFECÇÃO DO TÍTULO**

Os candidatos aprovados deverão entrar em contato com a Sociedade Brasileira de Cardiologia / Secretaria de Departamentos Científicos para obter as instruções da confecção de seu certificado, através do e-mail [departamentos@cardiol.br](mailto:departamentos@cardiol.br), com os seguintes dados:

- CPF:
  - Tratamento (Dr. / Dra.):
  - Nome (como deseja que apareça no certificado):
- Data de nascimento:
- Possui algum título emitido pela AMB? Qual?
  - Data da prova do título solicitado:
  - Título solicitado (1ª via/ 2ª via):

Segundo a normativa da Associação Médica Brasileira, o candidato fica ciente que terá de realizar pagamento das taxas da Associação Médica Brasileira para registro do Certificado de Atuação.

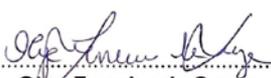
**6. DISPOSIÇÕES GERAIS**

Não há compromisso do DERC em cobrar quaisquer documentos faltantes durante ou após o período / encerramento das inscrições.

A documentação do candidato ficará arquivada na Sociedade Brasileira de Cardiologia por no máximo 1 (um) ano sendo que a mesma será destruída com a presença de 3 (três) testemunhas.

A Comissão de Habilitação Profissional é soberana no julgamento dos casos não previstos neste edital.

Rio de Janeiro, 20 de maio de 2020

Dra.  .....  
**Olga Ferreira de Souza**  
Diretora Administrativa da SBC

**Acessem os Anexos em: [www.derc.org.br](http://www.derc.org.br)**

# Não percam a 2ª Edição da Revista do DERC!

## Acessem gratuitamente: [www.derc.org.br](http://www.derc.org.br)



## Revista do DERC



ANO 2020 | VOLUME 26 | NÚMERO 2

ISSN 2177-3564



**Figura 1 - página 106.**  
Eletrocardiograma evidenciando taquicardia ventricular, morfologia de bloqueio de ramo direito e eixo superior.

- Reabilitação Cardiovascular Baseada em Domicílio: A Principal Opção na Nova Normalidade Pós-COVID-19
- Aptidão Cardiorrespiratória, Desempenho Miocárdico e Variáveis Metabólicas de Pacientes com Doença Arterial Coronariana Seguidos em Programa de Reabilitação Cardiovascular
- Relações entre Atividade Física, Hábitos Alimentares e IMC de Hipertensos de uma Unidade Básica de Saúde
- Avaliação de Medidas Auto Relatadas da Prática de Atividade Física em Crianças e Adolescentes com Diagnóstico de Câncer
- Fatores Associados à Aptidão Cardiorrespiratória de Escolares de Balneário Camboriú/SC - Estudo Piloto
- Oxigenação Muscular Periférica e Função Erétil em Indivíduos com Insuficiência Cardíaca
- Prática de Exercícios Físicos na População Idosa em Tempos de Pandemia
- Interpretação do ECG do Atleta: uma Revisão Sistemática
- Ajustes da Programação de Marcapasso pelo Teste Cardiopulmonar de Exercício
- Sucessos no Tratamento com Ablação com Radiofrequência em Tempestades Elétricas
- Testes, Testes e Mais Testes... No Momento esta é a Solução
- É Possível Adaptar e Aplicar os Princípios da Preabilitação para a COVID-19?

# Karlman Wasserman e sua brilhante contribuição para a Medicina do Exercício e do Esporte: o limiar anaeróbico!

No dia 22 de junho de 2020, o mundo científico recebeu a triste notícia do falecimento do Dr. Karlman Wasserman, Professor Emérito da Universidade da Califórnia em Los Angeles (UCLA), aos 93 anos. Durante a sua formação e atuação acadêmicas, o Dr. Wasserman trouxe contribuições significativas para a área da fisiologia, e, para homenageá-lo, optamos por destacar nesta edição do Jornal do DERC a história de um dos seus principais legados científicos: o raciocínio fisiológico que daria origem ao conceito atual de limiar anaeróbico.

Na década de 1960, a incidência crescente de doenças cardíacas trouxe a necessidade do desenvolvimento de métodos capazes de detectar precocemente sinais de insuficiência da função cardíaca. Incentivado pelo seu mentor a estudar sobre o assunto, o Dr. Wasserman criou a hipótese de que a insuficiência cardíaca poderia ser detectada pelo início precoce do metabolismo anaeróbico durante o exercício, refletindo o prejuízo do suprimento de oxigênio relativo ao aumento da demanda da musculatura periférica. O ponto chave seria mostrar essa incapacidade através da mensuração da troca de gases pulmonares durante uma situação de estresse como o exercício.

Em conjunto com Dr. Malcolm B. McIlroy, Dr. Wasserman publicou em 1964 na revista *The American Journal of Cardiology* um estudo realizado em 37 indivíduos com insuficiência cardíaca de diferentes etiologias submetidos a um teste de exercício com mensuração de gases expirados.

Na avaliação dos resultados, Dr. Wasserman observou que a plotagem do quociente respiratório ( $VCO_2/VO_2$ ) versus o consumo de oxigênio dava origem a uma curva sigmoide, e, segundo Dr. Wasserman, o início da parte mais íngreme da curva representaria o nível de consumo de oxigênio a partir do qual o metabolismo anaeróbico se tornava mais significativo, ou seja, o "limiar" do metabolismo anaeróbico.

Esse momento seria correspondente ao aumento da concentração no sangue arterial de ácido láctico e redução na concentração arterial de bicarbonato. Em seguida, o Dr. Wasserman observou que os indivíduos com sintomas menos graves apresentavam limiares de metabolismo anaeróbico em níveis mais altos de consumo de oxigênio, o que mostrava que indivíduos com menor gravidade da doença cardíaca eram capazes de tolerar níveis mais elevados de exercício antes do coração fracassar em atender ao aumento da demanda de oxigênio.

Desta forma, Dr. Wasserman concluiu que a determinação do limiar no metabolismo anaeróbico através do cálculo do quociente respiratório durante o exercício era uma forma não invasiva extremamente útil para a avaliação da função cardiovascular, atuando de forma complementar a dados clínicos e hemodinâmicos obtidos nos indivíduos com doença cardíaca.

A partir de seus achados, Dr. Wasserman popularizou a fisiologia clínica do exercício, e, até os dias atuais, o limiar anaeróbico avaliado em um teste cardiopulmonar de exercício é utilizado na prática clínica.

Homenageamos o Dr. Wasserman pelos extraordinários avanços na fisiologia, fundamentais para a evolução da medicina!



## **Autora do Levantamento:**

**Christina Grüne de Souza e Silva**

- Coordenadora de Informática do SBC/DERC | - Médica, Cardiologista | - Mestre em Cardiologia pela UFRJ | - Doutora em Cardiologia UFRJ/Stanford University



**Josmar de Castro Alves**  
**Procardio Natal/RN**  
**josmar@cardiol.br**

## Será que nem isso eu posso ver?

Essa pandemia provocada pelo Corona vírus tem modificado a vida das pessoas, independente de idade, sexo, posição social, religião, enfim, tudo que alguém possa imaginar. Os idosos estão proibidos de sair de casa, crianças sem escolas, estabelecimentos comerciais fechados, seguimentos da economia em crise e o turismo com uma avalanche de hotéis e pousadas inativadas. Um verdadeiro caos, tanto na saúde da população como na economia do país e do mundo.

Assim, cuidados preventivos básicos como distanciamento e/ou isolamento social foram necessários visando reduzir ou impedir a disseminação da corona vírus na população. Registrou-se então a intensa dificuldade para controlar a energia das crianças e explicar o porquê da não ida para escola, da não ida para a casa do vovô, não passear no shopping ou não ir para o cinema nem brincar com os amiguinhos. São muitos “nãos” para as jovens cabecinhas.

Podendo até parecer estranho, os idosos são mais difíceis em aceitar essas precauções de distanciamento. Normalmente não querem acatar as orientações mínimas de prevenção. Querem sair, passear, encontrar amigos ou tentar resolver suas atividades diárias como se nada estivesse acontecendo. Criando até um pouco de tensão entre os familiares.

O Manoel era assim. Tem 73 anos de idade, é hipertenso de longa data e portador de Mal de Parkinson. Ficando viúvo recentemente, foi morar com a filha, o genro e dois filhos adolescentes, que constituem o seu maior xodó. Agora estava preso, sem sair de casa e vigiado 24 horas por essa turma.

Semana passada, ligou perguntando se eu poderia fornecer a receita da medicação prescrita pelo neurologista, pois o colega estava em Porto Alegre revendo familiares.

— Boa tarde, meu caro cardiologista. Preciso de sua ajuda. A medicação prescrita pelo neurologista está terminando, estou no penúltimo comprimido. Eu liguei e ele está em Porto Alegre. Pediu que lhe telefonasse e pedisse esse favor. Disse que também lhe telefonaria mais tarde. Pode me ajudar?

— OK não tem problema, faça a receita. Peça para seu genro passar

aqui na portaria do meu edifício e pegar. E aí como vai vivendo com essa pandemia tão preocupante?

— Quase louco! Preso aqui no 18º andar e literalmente vigiado 24h pelos netos, filha e genro. Desço só para a academia que fica no térreo, faço minha ginástica no horário que é individualizado e retorno para o apartamento devidamente patrulhado por um dos netos. O resto é tudo proibido. Até o Lula já conseguiu estar solto – desabafou com certo mal humor.

— Parece que está zangado? Relaxe que isso vai passar – tentei amenizar.

— Ontem aconteceu uma coisa muito chata! Posso contar? Estou até envergonhado.

— Posso ouvir sim e se puder ajudá-lo, melhor ainda – respondi.

— Ontem à noite perdi o sono e fui até a cozinha pegar uma maçã. Voltei para o quarto, sentei na cama e liguei a TV. Estava passando um filme erótico e eu fiquei vendo enquanto comia a maçã. Acho que foi um dos netos que colocou naquele canal.

— Sim, e aí que aconteceu? – perguntei já preocupado.

— Minha filha, abriu a porta do quarto e olhando para a TV disse: papai o que é isso? O que o senhor está fazendo?

— Puro azar, estou comendo apenas essa maçã para dormir e aí liguei a TV. - Tentei justificar muito encabulado.

— E precisa ver filme pornô para isso. O senhor não tem idade para essas coisas. Vá dormir!

— E então, comeu a maçã inteira, tentei descontraí um pouco.

— Sim, e claro que vi o filme até o fim. E é verdade, não tenho mais idade para “essas coisas” exige muita emoção e faltaria preparo físico. Porém, pior foi durante o café da manhã, todos comentando o “flagra” e rindo muito, inclusive o neto que tinha sintonizado esse canal na TV. Olhava cabisbaixo e preocupado que houvesse alguma delação de minha parte.

— Como lhe conheço muito bem, sei que não faria isso, complementei.

— Lógico que não, lembrei o meu avô quando dizia “avô é pai em dobro”, é o perdão personificado. Pisquei o olho para o neto “culpado” e disse solenemente corajoso e em bom tom: será que nem isso eu posso ver?

— Claro que pode, o meu avô pode tudo nessa casa! - completou o neto parceiro, respirando feliz e intensamente aliviado.

— Ótimo, consegui completar. Afinal, também sendo avô, posso entender que esse tipo amor é totalmente parceiro e tremendamente especial.





# ARTIGO EM DESTAQUE

## Estratégia Alternativa para Promover a Prática de Atividades Físicas



Acesso: [derc.org.br](http://derc.org.br)

THE LANCET  
Global Health

**Autora do Resumo:**

**Christina Grüne de Souza e Silva**

- Coordenadora de Informática do SBC/DERC | - Médica, Cardiologista | - Mestre em Cardiologia pela UFRJ | - Doutora em Cardiologia UFRJ/Stanford University



**Uso da distribuição e frações da população para determinar as mortes evitadas pela prevalência de atividade física: um estudo descritivo / "Use of the prevented fraction for the population to determine deaths averted by existing prevalence of physical activity: a descriptive study"** - Tessa Strain, Søren Brage, Stephen J Sharp, et al. *Lancet Glob Health* 2020; 8: e920–30. DOI: 10.1016/S2214-109X(20)30211-4

Os malefícios da inatividade física para a saúde são bem conhecidos. Considerada pela Organização Mundial da Saúde como um problema de saúde pública global, estima-se que aproximadamente 3,2 milhões de mortes por ano sejam atribuíveis a realização de uma dose de atividade física abaixo do que é recomendado nas diretrizes atuais. No entanto, apesar do número crescente de publicações relacionadas às consequências da inatividade física, e de ações governamentais voltadas para o estímulo a prática de atividade física, uma parcela significativa da população mundial ainda não atinge a quantidade mínima de atividade física recomendada. No mundo, estima-se que quase 30% da população seja fisicamente inativa, e no Brasil este cenário é ainda pior, em que a prevalência de inatividade física chega a quase 50% da população. Desta forma, a efetividade dos programas de incentivo à realização de atividade física tem sido questionada, e uma das críticas a esses programas refere-se a maneira como as informações sobre a importância da atividade física têm sido passadas à população. Recentemente, um alerta foi feito para o fato de que tanto publicações científicas quanto ações de promoção a adoção de comportamentos saudáveis estarem na maioria das vezes voltados para a disseminação de estatísticas que trazem informações negativas sobre a adoção de comportamentos não saudáveis, tal como foi descrito acima. Enquanto alguns pesquisadores enfatizam que esta forma de apresentação de dados possa fortalecer a adoção de estilos de vida saudável, outros sugerem que uma estratégia alternativa baseada na disseminação de mensagens positivas possa ter um impacto maior ou ao menos complementar para a promoção de saúde. Nesse contexto, Strain e col. publicaram recentemente uma história de conquista na revista *The Lancet*, explorando o termo "fração evitada para a população" (PPF - *prevented fraction for the population*), definida como a proporção do desfecho negativo (doença ou morte) que pode ser evitada pela presença de um fator protetor. Com base na atual prevalência da prática de atividade física na dose mínima recomendada de 168 países, 3,9 milhões de mortes prematuras por ano são evitadas no mundo, correspondendo a uma média da PPF de 15%. Interessante destacar, ainda, que a prevenção de mortes prematuras observada foi maior nos países de baixa renda e entre os homens, em que a média da PPF encontrada foi de 17,9% e 16%, respectivamente. Desta forma, Strain e col. trazem uma importante mensagem de estímulo aos governos para que não apenas deem continuidade, mas também aumentem os investimentos voltados para a promoção à atividade física. Se no cenário atual que está longe do ideal a prática de atividade física já é capaz de economizar milhões de vidas, podemos imaginar o quanto ganharemos com a redução da prevalência da inatividade física no mundo.

# Não perca tempo! Acesse já!



## Diretriz Brasileira de Reabilitação Cardiovascular 2020



Leia e baixe gratuitamente: [www.derc.org.br](http://www.derc.org.br)