

Tabela I - Descrição das características gerais da população dos ensaios clínicos em pacientes portadores de DAC

Autor/ano		Idade	Sexo	IMC	Fração de ejeção
Rognmo <i>et al.</i> , 2004	HIIT	62,9±11.2	75% (M) 25% (F)	26.7±4.1	54.8 ±9.1
	MIT	61,2 ±7,3	88,8% (M) 22,2%(F)	26.9±2.7	51.9 ±9.6
Warbuton <i>et al.</i> , 2005	HIIT	55±7	100%(M) 0 (F)	Dado não fornecido	Dado não fornecido
	MIT	57±8	100% (M) 0 (F)		
Currie <i>et al.</i> , 2013	HIIT	62 ± 11	n = 11*	27.9±4.9	Dado não fornecido
	MIT	68 ± 8	n = 11*	27.3 ±4.2	
Currie <i>et al.</i> , 2014	HIIT	63 ± 8	n = 9*	28.9±4.8	Dado não fornecido
	MIT	66 ± 8	n =11*	27.3±4.0	
Keteyan <i>et al.</i> , 2014	HIIT	60 ± 7	73% (M) 27% (F)	30,4 ± 5,6	Dado não fornecido
	MIT	58 ±9	92% (M) 8% (F)	30,6 ± 6,2	
Cardozo <i>et al.</i> , 2015	HIIT	56± 21	63% (M) e 37% (F)	27.5 ± 5.9	63 ± 12
	MITC	62 ±12	66% (M) e 34%(F)	26.8 ± 4.8	60 ± 14
	G	64 ± 12	76%(M) e 24% (F)	26.9 ± 4.4	67 ± 10
Conraads <i>et al.</i> , 2015	HIIT	57±8.8	91% (M) e 9%(F)	28.0 ± 4.4	57.1 ± 8.5
	MIT	59.9±9.2	89% (M) e 11% (F)	28.5 ± 4.3	56.8 ± 7.7
Jaureguizar <i>et al.</i> , 2016	HIIT	58 ± 11	92% (M) 8%(F)	29,6 ± 4,4	62 ± 11
	MIT	58 ± 11	72% (M) 28% (F)	29,5 ±4,1	59 ± 14
Prado <i>et al.</i> , 2016	HIIT	56.5 ± 2.7	82,3% (M) 17,7%(F)	28.5 ± 0.7	57.2 ± 2.0
	MIT	61.3 ± 2.2	77,7% (M) 33,3% (F)	28.0 ± 1.0	55.1 ± 4.1
Pattyn <i>et al.</i> , 2017	HIIT	57 ± 8,8	91 % (M) 9 % (F)	28 ±4,4	Dado não apresentado
	MIT				
		59,9 ± 9,2	89 % (M) 11 % (F)	28,5 ± 4,3	

HIIT = High Intensity Interval Training (Treinamento Intervalado de Alta Intensidade); MCT = Moderate Continuous Training (Treinamento Contínuo de Moderada Intensidade); GC = Grupo Controle; M = Masculino; F = Feminino. *Não houve distinção de sexo.

Tabela II - Descrição dos protocolos dos ensaios clínicos selecionados para a revisão sistemática

Autor/Ano	Protocolo do teste	Protocolo de treinamento	Resultados
Rognmo <i>et al.</i> , 2004 [20]	Realizado em esteira ergométrica com velocidade: 3km/h a 6km/h e inclinação: 0% a 5%. O VO ₂ pico foi avaliado pelo protocolo de rampa. Aumento de 2% da inclinação a cada minuto.	HIIT: Aquecimento e relaxamento (60% a 75% do VO ₂ pico e 50% a 60% da FC pico) Condicionamento (80% a 90% do VO ₂ pico e 85% a 95% da FC pico) Período ativo: 4 minutos e intervalo: 3 minutos MIT: Intensidade de 50-60% de VO ₂ pico durante 40 minutos	HIIT: ↑VO ₂ pico MIT: ↑VO ₂ pico
Warbuton <i>et al.</i> , 2005 [21]	Realizado em dois dias na esteira ergométrica Dia 1: Foi utilizado o protocolo de Bruce até o indivíduo chegar à exaustão. Dia 2: Teste de tempo de exaustão de alta intensidade (90% da reserva de FC).	HIIT: Condicionamento com duração de 2 minutos e intensidade de 90% da FC e VO ₂ . (Intervalo com 85% a 95%), e recuperação com duração de 2 minutos utilizando 40% da FC e VO ₂ de reserva. (Intervalo de 35% para 45%)	HIIT: ↑ LA em ambos os grupos A eficiência ventilatória não foi alterada durante a RC MIT: ↑ LA em ambos os grupos. A eficiência ventilatória não foi alterada durante a RC

		MIT: 30 minutos de treino aeróbico com 65% da FC e VO ₂ de reserva	
Currie <i>et al.</i> , 2013 [22]	Foi realizado com ciclo ergômetro com carga de trabalho: 100 kpm e Acréscimo de 100 kpm a cada 1 minuto.	HIIT: 10 intervalos de ciclagem de 1 minuto a 89% de pico da carga de trabalho. MIT: 58% do pico de trabalho. Progressão de 30 minutos para 40 em seguida para 50 minutos	HIIT: ↑VO ₂ máx, VO ₂ no LA e Pico de trabalho MIT: ↑VO ₂ máx, VO ₂ no LA e Pico de trabalho
Currie <i>et al.</i> , 2014 [23]	Foi realizado com ciclo ergômetro com carga de trabalho: 100 kpm e Acréscimo de 100 kpm a cada 1 minuto.	HIIT: Intervalo ativo de 1 minuto com carga de 10% e o período ativo com intensidade de 85% e a progressão foi de: 100% no 2º mês, 108% no 3º mês, 121% no 4º ao 6º mês. MIT: 57% do pico de trabalho. 30 minutos do 1º ao 3º e 50 minutos do 4º ao 6º mês	HIIT: ↑ Variação da FC significativa (p=0,005) ↓ Trabalho externo ↑ VO ₂ pico durante o 3º e o 6º mês (p<0,001) MIT: ↑ VO ₂ pico durante o 3º e o 6º mês (p<0,001)
Keteyan <i>et al.</i> , 2014 [24]	Foi realizado o protocolo modificado de Bruce em uma esteira ergométrica. Os pacientes foram encorajados a atingirem a classificação: difícil e muito difícil na escala de Borg	HIIT: Aquecimento e recuperação ativa utilizando 60% a 70% da FC. Condicionamento com intensidade de: 80% a 90% da FC. Intervalos ativos de 4 minutos. MIT: Períodos: Aquecimento, condicionamento e relaxamento com intensidade de 60% a 80% da FC de reserva.	HIIT: ↑ VO ₂ no LA ↓ FC submáxima ↑ Pico e capacidade de exercício ↑ VO ₂ máx MIT: ↑ de 33% VO ₂ máx ↓ FC submáxima
Cardozo <i>et al.</i> , 2015 [25]	Foi realizado na esteira ergométrica com Incrementos da taxa de trabalho a cada 8 a 12 minutos	HIIT = Exercícios com até 90% da FC pico, e 60% da FC pico, com cargas de trabalho alternadas a cada 2 minutos MIT = 5 minutos de aquecimento + 30 minutos de exercício na esteira (70% a 75% da FC pico) + 5 minutos de desaquecimento. GC: Não participou dos treinamentos	HIIT: ↑VO ₂ pico (p=0,04) e PuO ₂ (p=0,05) e manutenção dos níveis VE/CO ₂ slope (p=0,48) e OUES (p=0,16), VE e VO ₂ no LA MIT: Estabilização dos níveis de VO ₂ pico, PO ₂ (p>0,05) e O VE/CO ₂ slope e OUES (p=0,48) (p=0,16) e VE e VO ₂ no LA GC: ↓ VO ₂ pico e PuO ₂

Conraads <i>et al.</i> , 2015 [26]	Realizado em bicicleta ergométrica com a potência de 10 a 20 W e acréscimos de 10W a 20 W a cada minuto.	HIIT: Exercício com 90 a 95% da FC na bicicleta ergométrica. MIT: Exercício com 70 a 75% da FC realizado na bicicleta ergométrica.	HIIT: ↑VO ₂ pico, FC pico e PuO ₂ (p<0,001) MIT: ↑VO ₂ pico, FC pico e PuO ₂ (p<0,001)
Jaureguazar <i>et al.</i> , 2016 [27]	Realizado em ciclo ergômetro com incrementos graduais de 10, 15 ou 20 W / min.	HIIT: Repetições de 20 segundos com intensidade de 50% no 1º mês. MIT: 1º mês a intensidade foi baseada na FC abaixo do 1º LA 2º mês: Intensidade correspondente a 10% da FC no 2º LA	HIIT: ↑VO ₂ e limiar ventilatório (p<0,05). ↑ Pico de trabalho e FC máx (p<0,001) MIT: ↑VO ₂ e limiar ventilatório (p<0,05).
Prado <i>et al.</i> , 2016 [28]	Teste máximo realizado na esteira ergométrica com protocolo de rampa com acréscimo de carga a cada minuto	HIIT: 7 tempos de 3 minutos com intensidade equivalente ao PCR e 7 “intervalos” de 3 minutos com intensidade, equivalente ao LA MIT: 50 minutos de exercício de esteira na intensidade do LA	HIIT: ↑VO ₂ pico, VO ₂ (LA), OUES e Eficiência Ventilatória e ↓ VE/VCO ₂ slope MIT: ↑VO ₂ pico, VO ₂ (LA), OUES e Eficiência Ventilatória e ↓ VE/VCO ₂ slope Sem diferença entre os grupos na FC pico e VCO ₂ /VO ₂
Pattyn <i>et al.</i> , 2017 [29]	Teste realizado em bicicleta ergométrica com potência de 20 W utilizando o protocolo de rampa com acréscimo de carga de 20 W a cada minuto	HIIT: Aquecimento com 60% a 70% da FC pico e condicionamento em 4 tempos 85% a 95% da FC pico. Intervalos ativos em 4 tempos com 50% da FC pico. MIT: Aquecimento: 60% a 70% da FC pico e condicionamento: 75% da FC pico.	HIIT: ↑VO ₂ pico, OUES, VO ₂ e da carga no 1º e 2º limiar (p<0,05). VE/VCO ₂ slope não sofreu alterações (p>0,05) MIT: ↑VO ₂ pico, OUES, VO ₂ e da carga no 1º e 2º limiar (p<0,05). VE/VCO ₂ slope não sofreu alterações (p>0,05)

HIIT = High Intensity Interval Training (Treinamento Intervalado de Alta Intensidade) MCT = Moderate Continuous Training (Treinamento Contínuo de Moderada Intensidade); GC = Grupo Controle; FC = Frequência Cardíaca; PA = Pressão Arterial; VO₂ pico = Consumo de oxigênio no ponto máximo de esforço; VE = Ventilação Pulmonar; PuO₂ = Pulso de oxigênio; OUES = Inclinação na eficiência do consumo de oxigênio; VE/VCO₂ slope = Inclinação no consumo de gás carbônico; LA = Limiar Anaeróbico; VE/VO₂ = Equivalente Ventilatório de Oxigênio; VE/VCO₂ = Equivalente Ventilatório de gás carbônico; PCR = Ponto de compensação respiratória.