



Evento	Salão UFRGS 2014: SIC - XXVI SALÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA UFRGS
Ano	2014
Local	Porto Alegre
Título	Efeito de uma sessão de exercício excêntrico na glicemia e variabilidade glicêmica de indivíduos hígidos utilizando o Sistema de Monitorização Contínua de Glicose
Autor	BRUNA BEUTLER
Orientador	BEATRIZ D AGORD SCHAAN

Introdução: Oscilações glicêmicas, comparadas à hiperglicemia sustentada, poderiam causar maior estresse oxidativo e disfunção endotelial no diabetes. Treinamento físico é capaz de reduzir a variabilidade glicêmica no diabetes, mas o efeito do exercício excêntrico de alta intensidade (gerador de estresse oxidativo) sobre a variabilidade glicêmica de indivíduos saudáveis não é conhecido.

Objetivo: Avaliar glicemia e variabilidade glicêmica após sessão de exercício excêntrico através de monitorização contínua de glicose (CGMS) em indivíduos hígidos.

Métodos: Quatro indivíduos hígidos (1 homem, $35,0 \pm 19,1$ anos), portaram CGMS por 72 horas, realizando sessão de exercício excêntrico [40 min de *leg press* (6 séries de 10 repetições a 120% 1RM), intervalo de 4 minutos entre as séries], pela manhã, 24h após sua inserção. As curvas glicêmicas foram construídas a partir dos valores de glicemia medidos a cada 5 minutos, separadas em 20 horas pré e 20 horas pós exercício. A variabilidade glicêmica foi avaliada através das características extraídas das curvas glicêmicas: média (M), desvio padrão (DP), coeficiente de variação (CV), variância (Var) e variância normalizada pelo valor glicêmico médio da glicose (VarN).

Resultados: O índice de massa corporal dos indivíduos foi $24,0 \pm 2,6$ Kg/m², glicemia de jejum $90,0 \pm 8,6$ e Hb1Ac $5,1 \pm 0,4\%$. Não houve mudanças na glicemia capilar (Pré: $97,0 \pm 21,4$ vs Pós: $96,5 \pm 6,1$ mg/dL P=0,966), pressão arterial diastólica (Pré: $65,7 \pm 3,5$ vs Pós: $58,2 \pm 9,5$ mmHg P=0,182), frequência cardíaca (Pré $72,2 \pm 12,3$ vs Pós: $83,5 \pm 16,3$ bpm P=0,099) e pressão arterial sistólica (Pré: $111,7 \pm 18,2$ vs Pós: $145,0 \pm 39,7$ mmHg P=0,120) após a sessão de exercício excêntrico. Apesar dos valores de glicemia obtidos pelo CGMS não mostrarem diferença nos valores de M (Pré: $109,8 \pm 15,1$ mg/dL vs Pós: $100,3 \pm 10,3$ mg/dL, P=0,322), os valores de DP (Pré: $18,4 \pm 3,4$ mg/dL vs Pós: $13,8 \pm 2,6$ mg/dL, P=0,047), CV (Pré: $16,7 \pm 1,7$ mg/dL vs Pós: $13,7 \pm 2,1$ mg/dL, P=0,004), Var (Pré: $347,5 \pm 115,5$ mg/dL vs Pós: $194,5 \pm 76,7$ mg/dL, P=0,045) e VarN (Pré: $3,1 \pm 0,8$ mg/dL vs Pós: $1,9 \pm 0,7$ mg/dL, P=0,019) mostraram redução após exercício.

Conclusão: Mesmo com um grupo pequeno de indivíduos saudáveis foi possível observar redução da variabilidade glicêmica após exercício excêntrico, evidenciando seu potencial como intervenção no tratamento do diabetes.

Apoio: FIPE-HCPA, CNPQ, CAPES e FAPERGS