



<b>Evento</b>	Salão UFRGS 2015: SIC - XXVII SALÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA UFRGS
<b>Ano</b>	2015
<b>Local</b>	Porto Alegre - RS
<b>Título</b>	A Influência de uma sessão aguda de exercício de força com ou sem restrição do fluxo sanguíneo sobre os parâmetros de estresse oxidativo
<b>Autor</b>	KAUÊ KALESHI CARVALHO
<b>Orientador</b>	JERRI LUIZ RIBEIRO
<b>Instituição</b>	CENTRO UNIVERSITÁRIO METODISTA - IPA

## **A Influência de uma sessão aguda de exercício de força com ou sem restrição do fluxo sanguíneo sobre os parâmetros de estresse oxidativo.**

**Kauê Kaleshi Carvalho, Thiago Rozales Ramis, Gustavo Azambuja Rocha, Leonardo Peterson dos Santos, Niara Medeiros Carlos Henrique Müller, Cláudia Funchal, Caroline Dani, Jerri Luiz Ribeiro.**

O exercício de força com restrição do fluxo sanguíneo com baixa intensidade oferece ganhos similares ao treinamento de força tradicional que possui como fator limitante o uso de altas cargas para ganhos de força, além do aumento inicial do estresse oxidativo na maioria das vezes, porém com baixa intensidade e níveis de estresse oxidativo estáveis, proporcionando ganhos também a pessoas que possuam com algum tipo de restrição a alta intensidade com cargas elevadas. **Objetivo:** Verificar os marcadores de estresse oxidativo entre exercícios com ou sem restrição do fluxo sanguíneo e compará-los. **Metodologia:** A amostra foi de indivíduos saudáveis do sexo masculino com média de idade  $23,72 \pm 3,49$  anos fisicamente ativos, os mesmos realizaram os exercícios unilaterais flexão de cotovelo e leg press. A distribuição foi feita em 3 grupos: I baixa intensidade (30% do RM) com oclusão moderada do membro (n=11), II alta intensidade (80% do RM) (n=10) e III baixa intensidade (30% do RM) sem oclusão (n=8). Procedemos com a avaliação antropométrica seguida da familiarização com os exercícios e os equipamentos. Subsequente, procedeu o teste de 1 Repetição máxima. Executaram três protocolos de modo, no primeiro dia do 1º protocolo de exercício, cada sujeito fez a entrega do seu registro alimentar e recomendado a manter esta alimentação nos dias de coleta de sanguínea. Estas ocorreram antes, imediatamente após, 24 e 48 horas depois do protocolo agudo, todos procedimentos foram realizados com intervalo mínimo de 72 horas. Sucedeu-se este protocolo de exercício em conformidade com o grupo experimental de sujeitos. Durante todos momentos do protocolo os níveis de peroxidação lipídica foram avaliados pelo teste de substâncias reativas ao ácido tiobarbitúrico (TBARS) e o nível de oxidação proteica, pelo teste de Carbonilas oxidativas. Foi utilizado teste Anova para medidas repetidas e para verificar as diferenças foi realizado um Post-Hoc Tukey para analisar os momentos pré, pós, 24 horas e 48 horas dos parâmetros e para normalidade das variáveis foi utilizado teste de Shapiro-Wilk. Os dados estão apresentados em média±desvio padrão. Para verificar a normalidade das variáveis foi utilizado teste de Shapiro-Wilk. A análise estatística foi realizada pelo SPSS versão 17.0, com nível de significância. **Resultados:** As médias ± desvio padrão foram: TBARS; Grupo I,  $7,25 \pm 1,03$  nmol/mL,  $6,05 \pm 0,72$  nmol/mL,  $5,26 \pm 1,04$  nmol/mL e  $6,34 \pm 1,39$  nmol/mL; Grupo II,  $6,4 \pm 1,07$  nmol/mL,  $6,29 \pm 1,31$  nmol/mL,  $6,02 \pm 1,18$  nmol/mL e  $6,94 \pm 1,85$  nmol/mL; Grupo III,  $6,77 \pm 0,93$  nmol/mL,  $6,47 \pm 1,03$  nmol/mL,  $4,51 \pm 2,24$  nmol/mL e  $6,06 \pm 2,27$  nmol/mL; pré, pós, 24 horas e 48 horas após intervenção respectivamente. Carbonilas; Grupo I,  $65,11 \pm 25,72$  g/dL,  $54,33 \pm 14,77$  g/dL,  $63,94 \pm 18,98$  g/dL e  $81,28 \pm 29,72$  g/dL; Grupo II,  $52,97 \pm 22,75$  g/dL,  $70,72 \pm 28,20$  g/dL,  $50,87 \pm 21,24$  g/dL e  $67,66 \pm 32,40$  g/dL; Grupo III,  $63,07 \pm 29,53$  g/dL,  $55,84 \pm 28,00$  g/dL,  $63,62 \pm 26,35$  g/dL e  $56,67 \pm 30,04$  g/dL; pré, pós, 24 horas e 48 horas após intervenção respectivamente. Foram encontradas diferenças significativas na variável TBARS no Grupo I ente o momento pré para o pós e 24 horas e no Grupo III no momento pré e pós para momento 24 horas ( $p < 0,05$ ). **Conclusões:** Com bases nos dados obtidos após sessão aguda, houve diminuição significativa nos níveis de peroxidação lipídica. Porém, havendo necessidade de estudos mais aprofundados para que possamos esclarecer possíveis dúvidas que possam ter permanecido.

