

417

**EFEITO DA DIETA RICA EM ANTIOXIDANTES SOBRE PARÂMETROS DE ESTRESSE OXIDATIVO EM TRIATLETAS.** *Geórgia Franco Becker, Cláudia Dornelles Schneider, Ricardo Rocha, Alvaro Reischak de Oliveira (orient.) (UFRGS).*

A geração de Espécies Reativas de Oxigênio (ERO) aumenta sob o estresse do exercício de resistência aeróbica de longa duração. Quando a produção de ERO excede a capacidade antioxidante (AO) do organismo, ocorre o Estresse Oxidativo (EO). A suplementação AO tem sido usada na prevenção de EO induzido pelo exercício físico. Sendo assim, o objetivo deste trabalho foi observar o efeito de uma dieta rica em vitaminas AO, uma dieta controle e uma suplementação com vitaminas AO sobre os parâmetros de EO em Triatletas. Participaram do estudo 13 Triatletas com idade de  $32, 1 \pm 5, 4$  anos, massa corporal de  $74, 1 \pm 6, 2$  kg, estatura de  $175, 4 \pm 5, 0$  cm,  $VO_{2m\acute{a}x}$  na esteira de  $58, 6 \pm 6, 9$  (mL.Kg<sup>-1</sup>).min<sup>-1</sup> e  $VO_{2m\acute{a}x}$  no cicloergômetro de  $60, 0 \pm 6, 7$  (mL.Kg<sup>-1</sup>). min<sup>-1</sup>. Foram mensurados no plasma o dano a lipídios (TBARS) e proteínas de membrana (Carbonilas) e nos eritrócitos a atividade das enzimas AO Superóxido Dismutase (SOD), Glutaciona Peroxidase (GPx) e Catalase (CAT). Os dados foram avaliados através da ANOVA para medidas repetidas. Os efeitos das intervenções dietéticas (depois - antes) serão apresentados como deltas. Foi utilizado o programa SPSS 10.0 e  $p < 0, 05$ . Símbolos equivalentes indicam diferença estatística. Não foi verificado dano a lipídios assim como mudança na atividade das enzimas CAT e GPx. Os efeitos da dieta controle, dieta rica em vitaminas AO e da suplementação com vitaminas AO foram respectivamente: Carbonilas  $0, 21 \pm 5, 45^*$ ,  $-0, 5 \pm 4, 73^{\#}$  e  $10, 05 \pm 0, 68^*^{\#}$  (nM.mg proteína<sup>-1</sup>); SOD  $16, 23 \pm 6, 01^*$ ,  $15, 38 \pm 6, 38^{\#}$  e  $-7, 95 \pm 7, 75^*^{\#}$  (U SOD. mg proteína<sup>-1</sup>). Ao comparar os efeitos tanto da dieta controle quanto da dieta rica em vitaminas AO em relação à suplementação AO verificou-se que houve aumento das Carbonilas e redução da atividade da enzima SOD.