

O treinamento físico diminui a pressão arterial, melhora a sensibilidade insulínica e a capacidade funcional dos indivíduos. Porém, a interrupção desse hábito provoca efeito inverso. Objetivo: Avaliar parâmetros metabólicos e hemodinâmicos em resposta ao treinamento e destreinamento físico em ratos espontaneamente hipertensos (SHR) e normotensos (WKY). Foram utilizados 48 SHR e 48 WKY, 5 meses, machos, divididos em: treinados (T), destreinados 1 semana (TD1), destreinados 2 semanas (TD2) e seus respectivos controles (CT, CTD1 e CDT2). Variáveis avaliadas: Pressão arterial (PA, pletismografia de cauda), sensibilidade insulínica (kITT) e capacidade funcional (Teste Esforço Máximo - TEM). Os grupos T, TD1 e TD2 fizeram treinamento físico em esteira rolante 5 dias/sem, 60 min/dia, por 10 semanas. Os grupos de destreinamento foram confinados pelos respectivos tempos. Análise estatística: ANOVA 2 vias/*post hoc* Tukey ( $p < 0,05$ ). Resultados: O treinamento físico em SHR reduziu a PA (T:  $155,1 \pm 11$  vs CT:  $184,6 \pm 14$  mmHg;  $p < 0,001$ ), melhorou a sensibilidade insulínica (T:  $4,5 \pm 0,4$  vs CT:  $3,8 \pm 0,7$   $\% \cdot \text{min}^{-1}$ ;  $p < 0,001$ ) e capacidade funcional (T:  $2,3 \pm 0,2$  vs CT:  $1,3 \pm 0,3$  km/h;  $p < 0,001$ ). No grupo normotenso houve melhora da capacidade funcional (T:  $2,4 \pm 0,3$  vs CT:  $1,3 \pm 0,2$  km/h;  $p < 0,001$ ). Não houve diferença entre 1 e 2 semanas de destreinamento, permanecendo efeito protetor do treinamento físico. Conclusões: Em SHR o treinamento físico provocou redução da PA, aumento da sensibilidade insulínica e capacidade funcional; nos ratos normotensos, apenas capacidade funcional melhorou. Os períodos de destreinamento (1 e 2 semanas) foram insuficientes para reverter os benefícios do treinamento para hipertensos e normotensos.