

UNIVERSIDADE DE CAXIAS DO SUL

Camila N. V. Pasetto, Elisângela L. L. Martini, Olga S. Tairova.

Palavras-Chave: Ratos – Natação – Adaptação.**OBJETIVO:** Verificar a melhor maneira de se adaptar ratos ao exercício de natação.**METODOLOGIA:** A amostra de doze ratos machos da linhagem Wistar (± 60 dias) foram submetidos a um protocolo de adaptação para o treinamento físico em piscina que se constituiu de 2 etapas.

Na etapa inicial :

- Os animais foram colocados 2 vezes por semana em água rasa na temperatura de 32° C para adaptação gradativa ao ambiente aquático. Na primeira semana permaneceram por 10 minutos, 20 minutos na segunda e 30 minutos da terceira a décima segunda semana.

Segunda etapa:

- Os animais foram colocados para nadar em tanques específicos com incremento gradual de peso durante 9 semanas conforme protocolo descrito previamente por Gobatto e colaboradores 2001.



Fig.1 Tanques individualizados para a prática da natação.

- Da primeira à quarta semana os animais nadaram sem carga, por respectivamente, 10, 20, 40 e 60 minutos.

Em seguida, visando aumentar o esforço físico, pesos foram adicionados na seguinte ordem: 1 % do peso corporal por 30 min. e 60 min., respectivamente, na quinta e na sexta semana; 3% por 30 min. e 60 min., respectivamente, na sétima e oitava semana; e 5% por 30 min. na nona semana. Da décima semana em diante, os animais treinariam com carga de 5 % do peso corporal por 60 min.



Fig.2 Resistência na cauda.



Fig. 3 Resistência no tórax.

RESULTADO: Os animais apresentaram sinais de fadiga e não suportaram a carga de treinamento imposta pelo protocolo descrito. Além do mais, verificaram-se sinais de isquemia na cauda de alguns animais.**CONCLUSÃO:** A cauda não é o melhor local para fixação dos pesos. Mochilas permitem uma fácil colocação e maior segurança para os animais.**Referência Principal:**

GOBATTO C. A. et.al. Maximal lactate steady state in rats submitted to swimming exercise. *Elsevier*, São Paulo, p. 21-27, abril 2001.