

416

RESPOSTAS HORMONAIAS SALIVARES AO TREINO DE FORÇA EM HOMENS DE MEIA IDADE TREINADOS E NÃO TREINADO. *Rafael Spinelli, Eduardo Lusa Cadore, Francisco Luiz Rodrigues Lhullier, Michel Arias Brentano, Eduardo Marczwski da Silva, Melissa Bueno Ambrosini, Rodrigo Ferrari da Silva, Luiz Fernando Martins Krueel (orient.) (UFRGS).*

O objetivo do presente estudo foi investigar se existem diferenças entre as respostas hormonais salivares ao treino de força de indivíduos treinados em força por longo tempo e indivíduos não treinados. Vinte e oito homens (40 ± 4 anos) foram divididos em grupo treinado (GT, $n = 13$) e não-treinado em força (GN, $n = 15$). A força muscular dinâmica absoluta foi mensurada aplicando-se o teste de 1RM para membros inferiores e superiores. Amostras salivares foram coletadas em repouso e após um protocolo de treinamento de força (TFSS), com intensidade determinada com base nos valores de 1RM. Foram mensuradas as concentrações de testosterona livre (TL), dehidroepiandrosterona (DHEA) e cortisol (COR). Os indivíduos do grupo GT foram superiores em todas variáveis de força muscular avaliadas. Houve aumento significativo na TL após o TF somente em GT ($0,114 \pm 0,1$ vs. $0,15 \pm 0,09$ pg/ml, $p < 0,05$), ao passo que nenhuma modificação significativa foi observada em GN ($0,144 \pm 0,1$ vs. $0,17 \pm 0,1$ pg/ml). Ambos os grupos tiveram aumento após o TF nas concentrações salivares de cortisol (GT: $1,4 \pm 0,6$ vs. $2,06 \pm 1$; GN: $1,5 \pm 0,8$ vs. $2,3 \pm 1,2$ ug/dl, $P < 0,05$) e DHEA (GT: $0,6 \pm 0,3$ vs. $0,9 \pm 0,6$; GN: $0,65 \pm 0,3$ vs. $0,97 \pm 0,7$ ng/dl, $p < 0,05$). Os resultados sugerem que pode haver uma adaptação na resposta da TL ao exercício resistido em indivíduos treinados, ao passo que nenhuma adaptação pode ser sugerida a nível adreno-cortical desses indivíduos.