

Diversos estudos tem investigado de forma crônica e aguda a existência e as possíveis causas do efeito de interferência. No que concerne à investigação aguda, muitos estudos observaram o desempenho no treino de força (TF) quando precedido por uma sessão de treino aeróbio (TA), no entanto, a literatura carece de estudos que tenham investigado o efeito contrário, ou seja, o desempenho no TA quando precedido pelo TF. Dessa forma, o objetivo do presente estudo foi analisar a interferência do TF sobre algumas variáveis do TA em uma sessão de treino concorrente (TC). A amostra foi composta por 13 homens jovens ($23,2 \pm 1,6$ anos) familiarizados com o TC. Para determinar as intensidades das sessões de treino foi realizado o teste de uma repetição máxima (1RM) no exercício agachamento e um teste máximo incremental em cicloergômetro. O TF hipertrófico (TFH) contou com 6 séries de 8 repetições a uma intensidade de 75% de 1RM no exercício agachamento, enquanto que para o TF pliométrico (TFP) foi utilizado o mesmo volume mas utilizando o peso corporal como sobrecarga no salto contramovimento. Durante o TA, o indivíduo pedalava em uma cadência entre 70 e 80 rpm a uma carga em watts correspondente ao segundo limiar ventilatório. O TA foi realizado até a exaustão após os protocolos de TF (TFH +TA e TFP + TA) e de forma isolada (TA), como situação controle. As variáveis aeróbias analisadas durante o TA foram: consumo de oxigênio (VO_2), frequência cardíaca (FC) e tempo de exaustão (TE). Para análise estatística foi utilizado o teste de ANOVA para medidas repetidas e o nível de significância adotado foi de $\alpha = 0,05$. Para o VO_2 e a FC não observamos diferença estatisticamente significativa entre os protocolos ($p = 0,101$ e $p = 0,161$, respectivamente). No entanto, o TE foi significativamente maior durante o protocolo TA (1491 ± 399 segundos) quando comparado com os protocolos de TF (TFH 1152 ± 372 e TFP 1244 ± 421 segundos), não havendo diferença entre os protocolos de TF ($p = 0,001$). Para todos os protocolos foi feito um controle alimentar. Além disso, variáveis EMG foram medidas durante os protocolos de TF. Os resultados do presente estudo sugerem que o desempenho do TA pode ser prejudicado quando precedido por uma sessão de TF.