

## F. Ciências Sociais Aplicadas - 12. Educação Física e Esportes - 1. Educação Física e Esportes

### VARIÁVEIS CARDIOVASCULARES EM TESTE PROGRESSIVO DE CAMPO SOB EFEITO DA DIETA

Guilherme Assunção Ferreira<sup>1</sup>

Roberta Kloster<sup>2</sup>

Adriano Eduardo Lima Silva<sup>3</sup>

Fernando Roberto de Oliveira<sup>1</sup>

1. Universidade Federal de Lavras
2. Universidade Estadual de Santa Catarina
3. Universidade Federal de Alagoas

#### RESUMO:

**INTRODUÇÃO:** A suplementação alimentar com consumo de substâncias ergogênicas é comum no esporte de alto rendimento. É sabido, que as reservas de glicogênio no organismo estão relacionadas à fadiga e dissociação dos limiares de transição metabólicos (LT). O Ponto de Deflexão da FC (PDFC) é comumente empregado como indicador de capacidade aeróbia, sendo encontrado em cargas similares ao segundo limiar de lactato (LL2). **OBJETIVO:** O objetivo do presente estudo foi observar as alterações ocorridas sob o efeito de uma dieta normal e uma dieta pobre em carboidratos nas variáveis derivadas FC e percepção subjetiva de esforço (PSE) em teste de esforço máximo. **METODOLOGIA:** cinco sujeitos  $23,8 \pm 2,4$  anos,  $71,1 \pm 15,7$ , Kg,  $173,8 \pm 10$  cm e  $21,2 \pm 1,4$  %G, foram submetidos a 2 testes de campo com velocidade inicial de 6 Km/h e incrementos de 0,5 Km/ a cada minuto e terminava quando o indivíduo não acompanhava a velocidade determinada por um sinal sonoro ou desistência por exaustão voluntária em 2 diferentes situações de dieta: 1º normal e 2º hipoglicídica, ambas com mesmo níveis calóricos, onde foram analisadas, FC máxima, velocidade de pico Km/h (PV) e FC a cada estágio para identificação do PDFC pelo método Cambri et al (2006) (PDFCC) e PDFC pelo método Kara et al. (1996) (PDFCD). As variáveis analisadas foram: O PV, a FCmáx, a velocidade encontrada no PDFC (VPDFC) e a FC encontrada no PDFC (FCPDFC), para comparação dos dados foi utilizado o teste T de Student. **RESULTADOS** Foram encontrados em todos os indivíduos valores da FCmáx igual ou superior a 90% da FCmáx predita ( $220 - \text{idade}$ ). Os valores encontrados foram PV =  $14,5 \pm 2,2$  Km/h, FCmáx (bpm) =  $192 \pm 5$ , PSEmáx =  $9,2 \pm 0,4$ , VPDFCC =  $12,3 \pm 2,6$  Km/h, FCPDFCC =  $176,4 \pm 7,2$ , VPDFCD =  $12,5 \pm 2,8$  Km/h, FCPDFCD =  $178,2 \pm 7,5$  dieta normal (DN) e PV =  $14,2 \pm 1,8$  Km/h, FCmáx (bpm) =  $196 \pm 13$ , PSEmáx =  $8,6 \pm 0,5$ , VPDFCC =  $10,3 \pm 2,0$  Km/h, FCPDFCC =  $158,2 \pm 4,4$ , VPDFCD =  $10,6 \pm 2,5$  Km/h, FCPDFCD =  $161 \pm 8,4$  dieta hipoglicídica (DH), não houve diferença significativa ( $p \leq 0,05$ ) para PV, FCmáx e PSE nas diferentes situações de dieta, foram encontradas diferenças para a VPDFC, FCPDFC, %VPDFC e %FCPDFCC entre as dietas ( $p \leq 0,05$ ). **CONCLUSÃO:** Em suma, pode inferir que os LT quando identificados pela curva da FC cardíaca sofrem alterações decorrentes da dieta, sendo demonstrada a sensibilidade do PDFC como indicador de aptidão aeróbia em dietas com baixo teores de carboidratos.

Instituição de Fomento: Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico CNPq

Palavras-chave: Ponto de Deflexão da Frequência Cardíaca, Percepção Subjetiva de Esforço, Limiars de Transição metabólicos .

**XXIII CIUFLA**