

433

**EFEITO DO EXERCÍCIO FÍSICO SOBRE OS NÍVEIS DE MALONDIALDEÍDO E GLUTATIONA PEROXIDASE EM IDOSOS.** *Camilla Lazzaretti, Marina Venzon Antunes, Maclóvia Martins, Caroline Calice da Silva, Tiago Oselame Fontanive, Patrícia Grolli Ardenghi, Edna Sayuri Suyenaga, Giovana Duzzo Gamaro (orient.) (FEEVALE).*

Com o envelhecimento ocorre uma diminuição na ação antioxidante resultando no aumento do estresse oxidativo. O exercício físico apresenta vários benefícios para a saúde, podendo reduzir os danos causados pelo avanço da idade, como os riscos de desenvolvimento de doenças crônicas. Recentes estudos têm mostrado que a frequência da atividade física está associada com o aumento de antioxidantes, e esse é dependente da intensidade. Entretanto, com a realização do exercício de forma intensa, há uma elevação na produção de espécies reativas ao oxigênio, capazes de consumir os antioxidantes endógenos podendo gerar danos em moléculas biológicas. Desta forma torna-se importante realizar um balanço entre os efeitos benéficos ou prejudiciais do exercício em idosos. O objetivo deste trabalho é avaliar os efeitos do exercício físico sobre os níveis de malondialdeído (MDA) e glutathiona peroxidase (GPx) índices de avaliação do estresse oxidativo. Neste trabalho foram quantificados os níveis de GPx e MDA em plasma de três grupos de idosos: praticantes de caminhada ou musculação e grupo controle. Os níveis de MDA foram menores no grupo controle em relação aos demais (ANOVA  $p < 0,005$ ). Em relação aos níveis de GPx todos os grupos são diferentes entre si. Sendo que os valores do grupo controle são maiores do que os demais (Tukey  $p < 0,005$ ). Os resultados indicam que indivíduos não praticantes de exercício tiveram menor produção de MDA e maior atividade de GPx. Quando comparamos os grupos que praticam atividade física entre si observamos um aumento nos níveis de GPx do grupo caminhada em relação ao musculação. Pode-se inferir que nas condições experimentais utilizadas, a atividade física senil, o tipo e intensidade do exercício possa estar relacionado com o avanço do estresse oxidativo.