

179

UMA ÚNICA SESSÃO DE EXERCÍCIO SUBMÁXIMO AUMENTA O FLUXO SANGÜÍNEO EM MEMBRO NÃO-EXERCITADO: UM POSSÍVEL MECANISMO PARA A ADAPTAÇÃO ENDOTELIAL SISTÊMICA. Sheila Piccoli Garcia, Daniel Umpierre, Ricardo Stein, Carine Cristina

Callegaro, Ana Paula Corrêa, Felipe Brum Drews, Jorge Pinto Ribeiro (orient.) (UFRGS).

Introdução: Recentemente, o fluxo sangüíneo no membro inativo tem sido investigado como possível mecanismo da adaptação endotelial sistêmica induzida pelo exercício. **Objetivo:** Testar hipótese de que o fluxo sangüíneo no antebraço (FSA) e a dilatação mediada pelo fluxo (DMF) poderão estar aumentados após uma típica sessão de exercício de membros inferiores. **Métodos:** A amostra foi composta por 10 sujeitos saudáveis (25 ± 1 anos). Após teste cardiopulmonar máximo, os indivíduos foram estudados em 2 condições experimentais, as quais ocorreram em dias diferentes e ordem randomizada: 1) controle (25min de repouso sentado) ou, 2) sessão submáxima de exercício (25min em cicloergômetro). A FC, PA, FSA e DMF (pletismografia de oclusão venosa) foram avaliados antes (pré-intervenção) e após (imediatamente, 10, 30, 60min e 24h) cada condição experimental. Os dados foram analisados por ANOVA *two-way* para medidas repetidas, e nível de significância foi $P < 0,05$. **Resultados:** Observou-se aumento do FSA (imediatamente após: 4.2 ± 0.4 ; 10min após: 3.2 ± 0.2 ; 30min após: 2.8 ± 0.2 , em ml/min.100ml) e redução da RVP (imediatamente após: 22 ± 3 ; 10min após: 27 ± 2 ; 30min após: 31 ± 2 , em unidades) até 30min após o exercício, comparado à condição controle. Nos momentos 60min e 24h após o exercício, os valores do FSA e a RVP foram semelhantes aqueles da sessão controle. Não ocorreram mudanças significativas na PAM e na DMF após 2 diferentes intervenções. **Conclusão:** Uma única sessão de exercício aumenta FSA pós-exercício por até 30 minutos, o que ocorre em presença de diminuição da RVP. Ainda que a DMF não tenha sido alterada após o exercício, os repetidos aumentos de fluxo em regiões vasculares não-exercitadas podem ser um estímulo para a adaptação endotelial sistêmica promovida pelo treinamento aeróbico.