



**REENCONTROS
NOVOS ESPAÇOS
OPORTUNIDADES**

XXXIV SIC Salão Iniciação Científica

**26 - 30
SETEMBRO
CAMPUS CENTRO**

Evento	Salão UFRGS 2022: SIC - XXXIV SALÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA UFRGS
Ano	2022
Local	Campus Centro - UFRGS
Título	As cargas de treino semanal alteram concentrações hormonais de atletas da seleção de voleibol brasileira sub-19?
Autor	NATALIA SANTOS FERREIRA
Orientador	LUIZ FERNANDO MARTINS KRUEL

Universidade Federal do Rio Grande do Sul

Autor: Natália Santos Ferreira

Orientador: Luiz Fernando Martins Kruel

Buscamos verificar o comportamento das cargas de treino (TL) semanal dos atletas da Seleção Brasileira de Voleibol Sub-19 masculina, e suas repercussões sobre as concentrações salivares de testosterona e cortisol, e percepção subjetiva de recuperação (PSR) e entender como se comportam estas variáveis após 1 dia de recuperação. As coletas salivares para análise das concentrações de testosterona e cortisol foram realizadas em 18 atletas ($18,3 \pm 0,3$ anos, $87,39 \pm 9$ kg, $198,34 \pm 8,1$ cm) no início do primeiro treino (M1), final do último treino da semana (M2) e 1 dia após o último treino (M3). A PRS foi coletada na manhã dos três momentos avaliados. As TL foram monitoradas pelo método da percepção subjetiva de esforço da sessão. O somatório das TL da manhã e da tarde resultou na TL diária e a soma de todas as TL diárias resultou na TL semanal. As TL diárias apresentaram comportamento ondulatório no decorrer da semana e a TL semanal foi de 5710 unidades arbitrárias. As concentrações salivares de cortisol apresentaram diferenças significativas entre os momentos avaliados ($p=0,011$). Houve aumento do M1 para o M2 de $3,40 \pm 1,63$ para $6,90 \pm 4,46$ (pg/ml) ($p=0,006$), e do M1 para o M3 de $3,40 \pm 1,63$ para $6,83 \pm 2,82$ (pg/ml) ($p=0,016$), já o M2 e M3 não apresentaram diferenças significativas ($6,90 \pm 4,46$ e $6,83 \pm 2,82$ (pg/ml)) ($p=0,100$). As concentrações de testosterona foram semelhantes entre os três momentos (M1: $140,29 \pm 50,90$, M2: $163,18 \pm 41,91$, M3: $144,71 \pm 53,20$ (ng/ml)) ($p=0,925$), assim como a PSR (M1: $7,50 \pm 2,12$, M2: $7,80 \pm 0,78$, M3: $8,00 \pm 1,82$) ($p=0,171$). As cargas de treino, apesar do caráter ondulatório, geraram aumentos significativos nas concentrações de cortisol salivar, mantendo-se após 1 dia de recuperação, sem alterações nas concentrações de

testosterona e PSR, e mostra a importância de monitorar as cargas de treino dos atletas unindo avaliações fisiológicas e psicológicas.