



Comparação da cinética de lactato sanguíneo após esforço de alta intensidade entre indivíduos com e sem experiência em ciclismo

Polisel, E.E.C.; Messias, L.H.D.; Manchado-Gobatto, F.B.

Faculdade de Ciências Aplicadas-Universidade Estadual de Campinas - UNICAMP, Limeira, Brasil

Apesar da capacidade aeróbia ser apontada como componente primordial no desempenho em eventos de moderada e longa duração, certa resistência ainda persiste quanto à sua relevância frente à recuperação pós exercícios de alta intensidade. Quando investigada, essa perspectiva está unicamente relacionada ao nível de treinamento. No entanto, a experiência prévia quanto ao tipo de exercício no qual esse contexto é estudado é, por muitas vezes, negligenciada. Diante desse cenário, nos parece importante investigar a influência da experiência prévia na recuperação pós esforço de alta intensidade, sobretudo sobre a cinética da concentração de lactato sanguíneo ([Lac]) e o momento no qual o pico desse metabólito ocorre. Assim, o objetivo do presente estudo foi analisar a cinética do lactato sanguíneo pós esforço de alta intensidade em indivíduos com e sem experiência prévia em exercício de ciclismo. Vinte indivíduos saudáveis do sexo masculino foram divididos em dois grupos (n=10 por grupo), de acordo com a experiência prévia em ciclismo (G1-sem experiência - 23±3 anos, 72,8±10,1 kg, 177,0±0,9 cm; G2-mínimo de 2 anos - 24±2 anos, 80,1±12,4 kg, 178,0±0,1 cm). Todas as avaliações foram realizadas em cicloergômetro (Monark 894e). O *Wingate Anaerobic Test* (WAnT) foi aplicado visando a aquisição da potência pico (P_{Pico}), média (P_{Med}), mínima (P_{Min}) e índice de fadiga ($IF = ((P_{Pico} - P_{Min}) / P_{Pico}) * 100$). Previamente ao teste, um aquecimento de 5 minutos foi realizado a 20% da intensidade do WAnT (7,5% da massa corporal), a 80 rpm. Em seguida, os indivíduos permaneceram em recuperação passiva por 5 minutos e, logo após, submetidos a um esforço máximo durante 30-s. Após o WAnT, coletas de sangue do lóbulos da orelha (25 µl) foram extraídas a cada minuto para análise da [Lac] (expressa em mM), até o 12º minuto. Os resultados do WAnT foram comparados por Teste-t Student. A [Lac] pós WAnT foi comparada pelo ANOVA Two-Way (experiência x momento). A significância foi fixada em 5%. Diferenças significantes foram obtidas para P_{Pico} (G1=775,49±177,94; G2=944,16±167,34W; P=0,042) e P_{Med} (G1=458,50±68,75; G2=547,12±60,83W; P=0,006). Por outro lado, nenhuma diferença quando analisado o IF (G1=59,65±10,38; G2=60,99±7,72; P=0,746). No que tange a [Lac] pós WAnT, o ANOVA não apontou efeito das variáveis fatoriais (P=0,995) (G1-Min-1º=8,7±2,7; 2º=11,6±2,6; 3º=12,5±2,5; 4º=12,8±2,7; 5º=13,6±3,3; 6º=13,0±2,7; 7º=13,2±3,3; 8º=12,8±2,7; 9º=12,6±2,9; 10º=12,2±3,0; 11º=11,9±2,9; 12º=11,4±3,1) (G2-Min-1º=6,7±1,4; 2º=10,7±1,3; 3º=12,08±1,6; 4º=12,2±1,6; 5º=12,6±1,6; 6º=12,8±2,1; 7º=12,8±1,9; 8º=12,3±2,2; 9º=12,6±2,3; 10º=12,0±2,1; 11º=11,5±2,0; 12º=11,5±2,4). Em síntese, apesar da experiência prévia em ciclismo influenciar as respostas de potência anaeróbia dos avaliados em cicloergômetro, nossos resultados mostraram que esse fator não foi determinante na recuperação pós-esforço de alta intensidade, sobretudo no atingimento da [Lac] pico, bem como sua remoção após esse momento.

Apoio

CNPQ - 136048/2016-1 e 442934/2014-9

FAPESP - 2014/10336-9

E-mail: emanuel_camolese@hotmail.com