

# VIII SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA

## XXVI Semana de Iniciação Científica da URCA

04 a 09 de dezembro de 2023

Tema: "INTERIORIZAÇÃO DA CIÊNCIA E REDUÇÃO DE ASSIMETRIAS: O PAPEL DOS PIBIC'S COMO EXPERIÊNCIA DE ARTICULAÇÃO DA PESQUISA NA GRADUAÇÃO E NA PÓS GRADUAÇÃO"



### EFEITO CRÔNICO APÓS OITO SEMANAS DO TREINAMENTO COM RESTRIÇÃO DE FLUXO SANGUÍNEO (RFS) CONDICIONANTE NO NÍVEL DE VALORES DO LEUCOGRAMA DE PESSOAS FÍSICAMENTE ATIVAS

**Miranilton Lucena de Sousa<sup>1</sup>, Tífane Braga Teixeira<sup>2</sup>, Wedna Sampaio Costa<sup>3</sup>, José Alves Honorio Filho<sup>4</sup>, Sérgio Vitor dos Santos<sup>5</sup>, Matheus Luna Loiola<sup>6</sup>, Maria do Socorro Cirilo-Sousa<sup>7</sup>**

**Resumo:** o exercício físico é capaz de provocar alterações nas capacidades físicas e nos demais sistemas orgânicos. O objetivo da pesquisa foi analisar o efeito crônico após oito semanas de treinamento com restrição de fluxo sanguíneo (RFS) condicionante no nível de valores do leucograma de pessoas fisicamente ativas. Trata-se de um estudo quantitativo, longitudinal, de campo, composto por sete participantes 2 femininos e 5 masculinos, indivíduos fisicamente ativos, praticantes de duas atividades físicas simultâneas e com orientação de não alterar hábitos alimentares ao realizar o treinamento. Foram duas sessões semanais de RFS IPC e condicionante, sob o protocolo de 40' de treino com 4 séries, 75 repetições, sendo a 1 30rep, 2 15rep, 3 15rep e 4 15rep, com intervalo de 30seg, entre as séries, ao realizarem os exercícios remada alta, agachamento sumô, supino reto e cadeira extensora. Submetidos aos testes: antropométricos (estatura, massa corporal, circunferências e dobras cutâneas), pulso auscultatório, ITB, exames laboratoriais (hemograma completo em um laboratório, reconhecido da cidade de Crato-Ce) e teste de 1RM. Os dados foram apresentados em forma de média, desvio padrão e foram usados os testes de student para amostras dependentes (antes e depois) sendo estabelecido o nível de significância em 5% e delta percentual ( $\Delta\%$ ), planilha SPSS 25. O delta variação possibilitou verificar aumentos percentuais de 3% a 25%, leucócito global, neutrófilos, segmentados, basófilos (3%), linfócitos típicos (10%), eosinófitos (25%); não houveram diferenças significativas ( $p=0,963$ ) antes e depois. Desse modo o efeito crônico após oito semanas de treinamento com restrição de fluxo sanguíneo (RFS) condicionante no nível de valores do leucograma de pessoas fisicamente ativas permaneceram normais, indicando que o sistema imune está dentro dos parâmetros laboratoriais, que não devem

<sup>1</sup> Bolsista Fecop do Curso de Educação Física, Universidade Regional do Cariri, email: miranilton.lucena@urca.br

<sup>2</sup> Bolsista Fecop do Curso de Educação Física, Universidade Regional do Cariri, email: tifane.teixeira@urca.br

<sup>3</sup> Bolsista Fecop do Curso de Educação Física, Universidade Regional do Cariri, email: wedna.sampaio@urca.br

<sup>4</sup> Voluntário Fecop do curso de educação física, discente da Universidade Regional do Cariri; email: josealves.hf@urca.br

<sup>5</sup> Voluntário Fecop do Curso de Educação Física, discente da Universidade Regional do Cariri; email: sergio.vitor@urca.br

<sup>6</sup> Discente do Curso de Educação Física da Universidade Regional do Cariri; email: matheus.luna@urca.br

<sup>7</sup> Professora, Dra. Docente do curso de Educação Física e Programa Associado de Pós-Graduação em Educação Física, UPE, UFPB; email: socorro.cirilo@urca.br

# VIII SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA

## XXVI Semana de Iniciação Científica da URCA

04 a 09 de dezembro de 2023

*Tema: "INTERIORIZAÇÃO DA CIÊNCIA E REDUÇÃO DE ASSIMETRIAS: O PAPEL DOS PIBIC'S COMO EXPERIÊNCIA DE ARTICULAÇÃO DA PESQUISA NA GRADUAÇÃO E NA PÓS GRADUAÇÃO"*



aumentar e nem diminuir em grande quantidade. Os ganhos no desempenho físico nesse público são muito pequenos, uma vez que são treinados, porém, qualquer alteração representa um treinamento eficaz.

**Palavras-chave:** Leucócitos. Restrição de fluxo sanguíneo. Treinamento de força.

**Agradecimentos:** Agradecemos pelo incentivo e apoio financeiro do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Científica (PIBIC) e Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq) da Universidade Regional do Cariri (URCA) para o desenvolvimento do projeto.