

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"



ADAPTAÇÕES NOS NÍVEIS DE SATURAÇÃO DE OXIGÊNIO E FREQUÊNCIA CARDÍACA EM SEIS SEMANAS DE TREINAMENTO COM RESTRIÇÃO DE FLUXO SANGUÍNEO (RFS)

Tífane Braga Teixeira, José Alves Honório Filho, Miranilton Lucena De Sousa, Sérgio Vitor dos Santos Leite, Wedna Sampaio Costa, Matheus Luna Loiola, Maria do Socorro Cirilo de Sousa.

Resumo: uma das variações para o treinamento de força é o método de restrição de fluxo sanguíneo (RFS). Aspectos metabólicos, morfofuncionais, neuromusculares têm sido alterados em função dele. O objetivo é analisar os níveis de saturação de oxigênio e frequência cardíaca (BPM) com o treinamento com restrição de fluxo sanguíneo (RFS) durante seis semanas. Trata-se de um estudo longitudinal, seis semanas, comanditário de n=7 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, duas vezes semanais, durante 40', sob o protocolo de 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. Os participantes foram submetidos à aferição da pressão arterial, pulso auscultatório e análise da oximetria e frequência cardíaca para a execução dos treinos, antes e depois. Os dados foram apresentados em média, desvio padrão e foram utilizados os testes de student para amostras dependentes (antes e depois), e multivariada (ANOVA), nível de significância em 5%, planilha SPSS 25. **Resultados:** o treinamento com restrição de fluxo sanguíneo demonstrou sua

BOLSISTA FECOP DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA, DISCENTE DA UNIVERSIDADE REGIONAL DO CARIRI; EMAIL: tifane.teixeira@urca.br
VOLUNTÁRIO FECOP DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA, DISCENTE DA UNIVERSIDADE REGIONAL DO CARIRI; EMAIL: josealves.hf@urca.br
BOLSISTA FECOP DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA, DISCENTE DA UNIVERSIDADE REGIONAL DO CARIRI; EMAIL: miranilton.lucena@urca.br
BOLSISTA FECOP DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA, DISCENTE DA UNIVERSIDADE REGIONAL DO CARIRI; EMAIL: sergio.vitor@urca.br
BOLSISTA FECOP DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA, DISCENTE DA UNIVERSIDADE REGIONAL DO CARIRI; EMAIL: wedna.sampaio@urca.br
BOLSISTA FECOP DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA, DISCENTE DA UNIVERSIDADE REGIONAL DO CARIRI; EMAIL: matheus.luna@urca.br
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"



eficácia, porém não houve diferença significativa na oximetria ($p=0,305$), antes e depois, e na frequência cardíaca, durante as semanas três e seis apresentou diferenças ($p=0,024$); o coeficiente “r” de Pearson indicou baixas correlações entre a saturação de oxigênio e a FC ($r=0,158$). **Conclusão:** o treinamento com restrição de fluxo sanguíneo (RFS) não alterou os níveis de saturação de O₂, mas na frequência cardíaca, sim. Indicando que elas não apresentam dependência entre si. É possível que um tempo maior de treino e um aumento da amostra mostrem outros achados.

Palavras-chave: Restrição de Fluxo Sanguíneo. Saturação. Desempenho Físico.

Agradecimentos: agradecemos á CAPES, PRPGP, CNPQ pela instrução e acompanhamento no projeto, pela disponibilização dos equipamentos e espaço utilizado no LABCINDH, LABCREFS. Também prestamos os devidos agradecimentos à Universidade Regional do Cariri-URCA, ao Departamento de Ciências Biológicas e da Saúde-DCBS, ao Departamento de Educação Física-DEF e a Coordenação do Curso de Educação Física-CEF.

BOLSISTA FECOP DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA, DISCENTE DA UNIVERSIDADE REGIONAL DO CARIRI; EMAIL: tifane.teixeira@urca.br
VOLUNTÁRIO FECOP DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA, DISCENTE DA UNIVERSIDADE REGIONAL DO CARIRI; EMAIL: josealves.hf@urca.br
BOLSISTA FECOP DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA, DISCENTE DA UNIVERSIDADE REGIONAL DO CARIRI; EMAIL: miranilton.lucena@urca.br
BOLSISTA FECOP DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA, DISCENTE DA UNIVERSIDADE REGIONAL DO CARIRI; EMAIL: sergio.vitor@urca.br
BOLSISTA FECOP DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA, DISCENTE DA UNIVERSIDADE REGIONAL DO CARIRI; EMAIL: wedna.sampaio@urca.br
BOLSISTA FECOP DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA, DISCENTE DA UNIVERSIDADE REGIONAL DO CARIRI; EMAIL: matheus.luna@urca.br
PROFESSORA, Dra. DOCENTE DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA E PROGRAMA ASSOCIADO DE PÓS GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA, UPE, UFPB; EMAIL: socorro.cirilo@urca.br