



Modulação do eixo leptina/receptor de leptina solúvel em homens fisicamente ativos submetidos ao treinamento intermitente de alta intensidade

Caldeira, R.S.; Santos, T.; Inoue, D.S.; Panissa, V.L.G.; Lira, F.S.
Universidade Estadual Paulista, UNESP, Presidente Prudente, São Paulo, Brasil

A proposta do estudo foi comparar o efeito de dois modelos de treinamento aeróbio, sendo um treinamento intermitente de alta intensidade (TIAI) e o outro treinamento aeróbio contínuo moderado (TAC) sobre variáveis como, composição corporal, ingestão alimentar, concentrações de leptina e receptor de leptina solúvel como também valores da taxa metabólica de repouso em homens jovens fisicamente ativos, saudáveis. Trinta homens (Idade: 26.36 ± 4.19 anos, massa corporal: 74.37 ± 9.26 kg, altura: 1.77 ± 0.06 metros e consumo máximo de oxigênio: 52.82 ± 4.96 ml/kg⁻¹/min⁻¹) foram randomizados em três grupos e realizaram cinco semanas de treinamento aeróbio em esteira ergométrica, sendo o TIAI (5 km- 1:1- 1 minuto a 100% da máxima velocidade aeróbia: 1 minuto de repouso passivo) o outro o grupo TAC (5 km 70% da máxima velocidade aeróbia de forma contínua) com uma frequência de três sessões semanais (~15 sessões de treinamento) com readequação de carga na metade do protocolo, enquanto o último grupo não realizou nenhum dos dois protocolos de treino, sendo indivíduos engajados em outros programas de treinamento (grupo controle (GC), fisicamente ativo). A composição corporal, ingestão alimentar e a taxa metabólica de repouso foram avaliados no basal e no pós-treinamento através de ANOVA two-way comparadas através do grupo e tempo, com medidas repetidas de segundo fator. As concentrações de leptina e receptor de leptina solúvel foram analisadas no basal (Pré-exercício em jejum 12 horas, 24 e 48 horas pós-exercício) e pós-treinamento através de ANOVA three-way (grupo, tempo e momento de coleta) com medidas repetidas de segundo e terceiro fatores. Não houve efeito para composição corporal, ingestão alimentar e nem para taxa metabólica de repouso. Foi constatado que o receptor de leptina solúvel foi aumentado no momento pós-treinamento em relação ao grupo TIAI, mas não nos grupos TAC e GC, sem nenhum efeito sobre as concentrações de leptina. Apesar do grupo TIAI exercer um maior efeito anorexígeno (aumentando do receptor de leptina solúvel) após cinco semanas de protocolo de treinamento quando comparado aos grupos GC e TAC, não foram encontradas alterações na composição corporal (massa corporal total, percentual de gordura, massa muscular, gordura de tronco, gordura androide) em indivíduos fisicamente ativos eutróficos saudáveis. Apoio FAPESP.

E-mail: renan1994.rc@gmail.com