

ASSOCIAÇÃO DO TREINAMENTO FÍSICO AERÓBIO E DO TABACO NOS PARÂMETROS ANTROPOMÉTRICOS E NUTRICIONAL DE RATOS WISTAR.

BAPTISTA, B.D.¹; SANTOS, N.J.¹; MENEZES, V.A.¹; SERAPHIM, P.M.²; FLORIDO NETO, A.R.²; TEIXEIRA, G.R.¹

¹ Departamento de Educação Física, FCT/UNESP – Campus de Presidente Prudente/SP

² Departamento de Fisioterapia, FCT/UNESP – Campus de Presidente Prudente/SP

Apoio Financeiro: FAPESP – Ref.: Processo 2013/08593-0, Pibic – Proc. 30700

Palavras Chave: Exercício Físico, Fumo e Nutrição

INTRODUÇÃO: O consumo do cigarro pode acarretar vários problemas para a saúde, inclusive a perda de peso, isso porque a nicotina proveniente do cigarro pode suprimir o apetite. A prática do exercício físico aeróbio pode intervir, prevenindo e normalizando qualquer irregularidade. **OBJETIVO:** Analisar os efeitos do treinamento físico aeróbio nas diferenças do peso corporal, energia ingerida e eficiência alimentar em ratos Wistar submetidos a inalação de fumaça por 9 semanas. **MÉTODOS:** Ratos machos adultos (60 dias) da variedade Wistar foram distribuídos em quatro grupos com 10 animais cada: ratos sedentários (S); ratos treinados (T), ratos sedentários e fumantes (SF); e ratos treinados e fumantes (TF). O protocolo para a exposição ao tabaco foi através de inalação de fumaça, período de 8 semanas com duas semanas de adaptação ao protocolo. Na fase de adaptação, os animais foram submetidos a fumaça de 2 cigarros por 10 minutos, uma vez ao dia. Na fase experimental os animais foram expostos a fumaça da combustão de 4 cigarros durante 30 minutos, 2 vezes ao dia, 5 dias por semana. O protocolo de treinamento físico aeróbio foi desenvolvido por 8 semanas em esteira rolante com uma semana de adaptação com carga progressiva. O protocolo de treinamento físico consistiu de cinco sessões por semana com duração de 60 minutos cada sessão, velocidade de 10m/min. **RESULTADOS:** Não houve diferença significativa no peso inicial dos animais. O grupo treinado fumante apresentou peso final menor ($418,1 \pm 27,8$) que os animais do grupo sedentário fumante ($424,4 \pm 55,7$). O grupo sedentário apresentou peso corporal final menor ($409,8 \pm 43,3$) que o grupo treinado ($415,2 \pm 29,8$). Foram observados que o consumo alimentar dos grupos treinado e treinado fumante foram maior ($27,8 \pm 0,5$; $28,4 \pm 0,4$, respectivamente) que o grupo sedentário ($27,9 \pm 0,5$) e fumante ($26,0 \pm 0,5$). Da mesma forma que os animais treinados e treinado fumante tiveram uma ingestão de energia superior ($81,9 \pm 0,8$; $82,2 \pm 1,4$) quando comparado ao grupo sedentário ($82,0 \pm 0,9$) e fumante ($76,3 \pm 1,5$). O treinamento Físico apresentou significativamente maior porcentagem de eficiência alimentar ($88,8 \pm 6,6$)

comparado aos animais do grupo sedentário ($82,2 \pm 8,2$) e fumantes ($77,8 \pm 7,1$). A associação do treinamento físico mais inalação de fumaça reduziu a eficiência alimentar ($56,9 \pm 4,8$).

CONCLUSÃO: O fumo passivo pode prejudicar parâmetros antropométricos e nutricionais. E o treinamento físico pode recuperar esses resultados, no entanto, houve associação negativa para eficiência alimentar.