

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

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

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

<sup>2</sup> 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.