

SALÃO DE  
INICIAÇÃO CIENTÍFICA  
**XXIX SIC**  
  
**UFRGS**  
PROPESQ



múltipla   
**UNIVERSIDADE**  
inovadora  inspiradora

<b>Evento</b>	Salão UFRGS 2017: SIC - XXIX SALÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA UFRGS
<b>Ano</b>	2017
<b>Local</b>	Campus do Vale
<b>Título</b>	EFEITO DE DIFERENTES PROTOCOLOS DE TREINAMENTO FÍSICO SOBRE PARÂMETROS BIOQUÍMICOS DE DIABÉTICOS TIPO 1
<b>Autor</b>	JOAO LUIZ FERNANDES VARGAS JUNIOR
<b>Orientador</b>	ALVARO REISCHAK DE OLIVEIRA

# EFEITO DE DIFERENTES PROTOCOLOS DE TREINAMENTO FÍSICO SOBRE PARÂMETROS BIOQUÍMICOS DE DIABÉTICOS TIPO 1

Autor: João Vargas

Orientador: Alvaro Reischak de Oliveira

Universidade Federal do Rio Grande do Sul

**Introdução:** O diabetes mellitus tipo 1 (DM1) é caracterizado pela destruição das células pancreáticas produtoras de insulina por um processo auto-imune. Além disso, o DM1 está associado a um maior risco cardiovascular e todas as causas de mortalidade, principalmente quando associado ao desregulado controle glicêmico. Infelizmente, a maioria das pessoas com DM1 não atinge os níveis recomendados de atividade física devido a preocupação com episódios de hipoglicemia. Dessa forma, intervenções que propiciem um menor risco hipoglicêmico e diversos benefícios crônicos sobre a saúde devem ser estimuladas. O objetivo do presente estudo é comparar os efeitos de diferentes protocolos de treinamento físico sobre parâmetros sanguíneos em diabéticos tipo 1. O referido estudo encontra-se em andamento e aqui serão apresentados os resultados obtidos até o momento.

**Metodologia:** Após a realização de um período controle com duração de quatro semanas (manutenção dos hábitos dietéticos e da atividade física), doze indivíduos (4 mulheres e 8 homens) com idade entre 18 e 40 anos e com DM1 ( $\geq 4$  anos) foram randomizados em três grupos: treinamento intervalado de alta intensidade (TAI), treinamento de força (TF) ou combinação destes (TAI+TF). Os treinamentos foram realizados em cicloergômetros e/ou aparelhos de musculação, três vezes por semana, durante 10 semanas. Antes do período controle e antes e após as intervenções, foram realizadas coletas sanguíneas em jejum para análise de parâmetros bioquímicos. Para comparações envolvendo o período controle, foi utilizado o teste *t* pareado de *Student* ou o teste de *Wilcoxon*. Foi utilizada a análise de variância (ANOVA) de modelo misto (três protocolos vs. dois momentos) para comparações entre os protocolos de treinamentos nos diferentes momentos, com a utilização do teste *Post Hoc* de *Bonferroni* quando apropriado.

Foi adotado um nível de significância de 5%. **Resultados:** Como esperado, não foram encontradas diferenças ( $p > 0,05$ ) entre os momentos pré e pós período controle nas seguintes variáveis: glicose (GLI), colesterol total (CT), triglicerídeos (TG), lipoproteínas de alta (HDL) e baixa densidade (LDL) e ácido úrico (AU). Com relação aos treinamentos físicos, os níveis de hemoglobina glicada (HbA1c), GLI, CT, TG, HDL e LDL não sofreram modificações estatisticamente significativas ao longo das intervenções. Foi observada apenas uma redução significativa dos níveis de ácido úrico após 10 semanas de TAI ( $3,89 \pm 1,48$  vs.  $3,28 \pm 1,2$  mg/dL;  $p < 0,05$ ). **Conclusão:** A heterogeneidade dos resultados e o pequeno tamanho amostral são fatores que provavelmente justificam a manutenção dos níveis da maioria dos marcadores sanguíneos até o momento.