

O PRÉ-CONDICIONAMENTO ISQUÊMICO ATENUA O DANO MUSCULAR INDUZIDO POR EXERCÍCIO?

K. M. O. B. De Figueiredo Ribeiro, M. S. Cerqueira, I. M. De França, M. B. Montello, D. Kovacs, W. H. De Brito Vieira

Objetivo: investigar os efeitos da isquemia pré-condicionante (IPC) sobre os marcadores indiretos de dano muscular induzido por exercício (DMIE) excêntrico em membros inferiores. **Métodos:** Baseado em cálculo amostral 30 participantes deverão incluídos. Porém, neste estudo piloto, dez homens saudáveis sem experiência recente com treinamento de força em membros inferiores foram alocados de forma aleatorizada no grupo IPC ou no grupo placebo. O grupo IPC foi submetido a quatro ciclos com períodos de cinco minutos isquemia (pressão oclusão total da artéria tibial posterior) intercalados com cinco minutos de reperfusão (pressão de restrição=0 mmHg). O grupo placebo foi submetido ao mesmo protocolo, porém durante o período de isquemia foi aplicada uma pressão mínima (10mmHg). Após as intervenções, os voluntários foram submetidos a um protocolo de dano muscular induzido por exercício isocinético excêntrico (10 séries de 12 repetições excêntricas máximas) no quadríceps femoral não dominante. Foram considerados como desfechos a função muscular (pico de torque), a percepção (EVA) e o limiar de dor muscular (algometria), avaliados antes e 24 e 48 horas depois o protocolo de DMIE. **Resultados:** baseado nos resultados parciais do presente estudo piloto, não houve diferenças estatisticamente significativas intra ou intergrupos em nenhum dos momentos avaliados, para nenhum dos desfechos. **Discussão:** Esses resultados são contrários a estudos recentes que mostram efeitos positivos da IPC na proteção contra o DMIE. Esses estudos prévios, porém, não consideraram o efeito placebo e aplicaram o dano em membros superiores. **Conclusão:** A IPC não foi superior ao placebo proteger contra o DMIE em membros inferiores.