

Com a maior participação feminina na atividade desportiva, acompanhada também pelas evoluções em outras áreas, tem ocorrido um grande interesse científico no estudo das respostas femininas ao esforço físico, em função das diferenças biológicas entre os dois sexos. Nosso trabalho tem como objetivo verificar os efeitos provocados pelos exercícios físicos: aeróbico contínuo e aeróbico intervalado, de intensidade forte (frequência cardíaca alcança valores entre 150-160 bpm) sobre o ciclo menstrual de atletas e não-atletas, respectivamente, que estejam em idade reprodutiva normal, ou seja, entre 11-50 anos. Para tanto, foram sorteadas vinte atletas de clubes esportivos de Porto Alegre/RS que estivessem desempenhando atividades físicas aeróbicas contínuas, a fim de comporem o primeiro grupo; também foram sorteadas vinte não-atletas, em academias de ginástica de Pelotas/RS, que tivessem, entre suas atividades, aulas com exercícios físicos intervalados, comumente conhecidos como "ginástica de academia", para formarem o segundo grupo. O levantamento das informações foi feito através da coleta de variáveis antropométricas de cada participante, bem como, da aplicação de um formulário, elaborado pelos autores, onde se procurou, entre outros dados, determinar a idade da menarca, o tipo e o tempo de treinamento e detectar as possíveis alterações produzidas pelo exercício físico no ciclo menstrual. Apresentamos, nesta ocasião, a metodologia aplicada e os resultados preliminares do nosso trabalho. (FAPERGS;CNPq/UFRGS)