

Sessão 29

Aspectos Fisiológicos da Atividade Física

244

EFEITOS DA SUPLEMENTAÇÃO DE L-ARGININA E DO EXERCÍCIO SOBRE PARÂMETROS DE ESTRESSE OXIDATIVO: UM ESTUDO DUPLO-CEGO E RANDOMIZADO. *Katiuce Borges Sapata, José Cláudio Fonseca Moreira, Alvaro Reischak de Oliveira (orient.) (IPA).*

Introdução e Objetivo: A L-arginina é um aminoácido não-essencial precursor do óxido nítrico pela ativação da eNOS. O objetivo deste estudo foi comparar parâmetros de estresse oxidativo em resposta ao exercício mediante suplementação de L-arginina. Métodos: Foram avaliados 20 indivíduos saudáveis não treinados que foram separados em dois grupos aleatoriamente: tratamento (L-arginina) e placebo. A suplementação de L-arginina foi realizada a partir da ingestão oral de 7g/ dia na forma de cápsulas; o grupo placebo recebeu cápsulas de amido na mesma quantidade, cor e sabor das cápsulas de L-arginina. Os voluntários realizaram exercício em cicloergômetro com intensidade 10% abaixo do 2º limiar ventilatório durante 45 minutos, e as coletas de sangue ocorriam nos momentos antes e depois do exercício. Após suplementação de 7 dias, foi repetido o protocolo de exercício e coletas de sangue. Foram analisados os seguintes parâmetros de estresse oxidativo: lipoperoxidação pela técnica do TBARS, fenólicos totais, ácido úrico e TRAP. Para análise dos dados, utilizou-se teste de normalidade, Teste T pareado para comparações intra-grupos e ANOVA Fatorial para comparações entre os grupos, e adotou-se como significância $p < 0,05$. Resultados: O exercício aumentou os níveis de lipoperoxidação sem influência da suplementação e não alterou níveis de ácido úrico e compostos fenólicos. A suplementação de L-arginina preveniu o aumento da lipoperoxidação após o exercício. Conclusão: Suplementação de L-arginina preveniu lipoperoxidação em resposta ao exercício nesta população.