

O treino de força realizado em amplitude parcial (AP) possibilita o uso de cargas mais elevadas devido à execução do exercício nos ângulos em que os músculos ativados no movimento têm maior capacidade de produção de força. Isso permite que o treino seja executado em maior intensidade. Porém é desconhecido se o exercício realizado em AP ocasiona maior dano muscular (DM) devido à possibilidade de deslocar cargas mais altas ou se o exercício executado em amplitude total (AT) causará maior DM em resposta à atividade muscular em ângulos desfavoráveis para produção de força. Portanto, o objetivo do presente estudo é comparar o DM nos flexores de cotovelo provocado por uma sessão de treinamento de força executada em AP e AT de movimento. Para isso, os sujeitos realizaram 4 séries de 10 repetições a 80% de 1RM de flexão de cotovelo em AP com um dos braços e em AT o segmento contralateral. Foi avaliada a produção de força isométrica dos flexores do cotovelo, o perímetro de braço, a espessura e a echo-intensity dos músculos braquial e bíceps braquial por ultrassonografia, e a dor muscular tardia no período pré, imediatamente após, 24, 48 e 72h pós-sessão de treino em ambos os braços. Uma semana antes da sessão de treino, foi realizado um período controle (PC), em que as variáveis acima relacionadas serão mensuradas. Para a análise dos dados, será utilizada a estatística descritiva (média e desvio padrão) e a normalidade das variáveis será verificada pelo Teste de Shapiro-Wilk. Para verificar e comparar a ocorrência de diferenças significativas das variáveis indiretas de DM em diferentes momentos (pré, 24, 48 e 72h pós-treino) dentro de cada grupo (PC, AT e AP) e determinar em qual dos momentos houve maior dano será usada a Análise de Medidas Repetidas. Para comparar o DM entre os grupos e verificar em qual dos grupos houve maior dano será utilizada a *one-way* ANOVA e para localização das diferenças será utilizado o *post-hoc* de Bonferroni. O valor de significância adotado será de $p < 0,05$ e os dados serão rodados no software SPSS versão 17.0. Por nos encontrarmos na fase de coleta de dados, podemos analisar de forma descritiva os resultados parciais do estudo. O DM, de acordo com os dados de espessura muscular, amplitude articular, dor muscular tardia e torque já obtidos, ocorreu em ambas as situações, tanto no braço que realizou o treino em AP, como no braço que realizou em AT. Porém, o braço que realizou o treino de força em AT parece ter sofrido um maior DM, enquanto o treino em AP gerou um DM de menor magnitude, com uma recuperação mais rápida. Entretanto, os valores encontrados nas avaliações da echo-intensity e do perímetro dos braços não apresentaram um comportamento padrão, tornando-se necessário aguardar os últimos dados.