



XXXIII CONIC 23/24

Congresso de Iniciação Científica

Ciência em Movimento: Construindo o Futuro

com Conhecimento

25 a 27 de Novembro de 2024

ANÁLISE DA VARIABILIDADE DA FREQUÊNCIA CARDÍACA DE CORREDORAS AMADORES DE MANAUS/AM

Bruna Ketellen Marques Pereira – UFAM

Gabrielly Castro de Oliveira – Universidade Federal do Amazonas

Jordan Ferreira Borges – Universidade Federal do Amazonas

João Rodrigues da Silva Neto – Universidade Federal do Amazonas

Vinicius Cavalcante – Universidade Federal do Amazonas

RESUMO

O objetivo deste estudo foi analisar a variabilidade da frequência cardíaca de corredoras amadoras na situação de repouso e após o exercício físico. A pesquisa foi realizada com participantes do gênero feminino, sendo 23 corredoras, todas corredoras amadoras da Universidade Federal do Amazonas. As avaliadas tiveram suas variáveis relacionadas à VFC captadas antes em repouso e após o teste incremental em esteira ergométrica com o auxílio do transmissor cardíaco Polar H10 e os dados obtidos através dos registros dos intervalos RR. No teste, as corredoras amadoras foram posicionadas na esteira ergométrica e realizaram um aquecimento livre de 10 minutos. Após o aquecimento o teste foi realizado em 12 minutos, iniciado na velocidade de 6 km/h, sendo realizado um incremento de carga na velocidade de 1 km/h a cada 2 minutos completos, sem pausas entre os estágios, totalizando 22 minutos completo. Foram analisados os domínios do tempo (RMSSD, Média RR, Média FC, Índice de Estresse), da frequência (LF e HF) e métodos não lineares (SD1 e SD2). Os dados foram comparados, normalizados e analisados com valores de repouso obtidos antes do início do teste incremental com o auxílio do teste ANOVA One Way, sendo considerados significativos valores de $p \leq 0,05$. A redução nas variáveis Sd1 e Sd2 após o exercício pode ser atribuída à ativação simpática e à supressão parassimpática, o que é esperado em resposta ao estresse físico. Os resultados destacaram a importância de avaliar a VFC como um indicador da adaptação autonômica ao exercício. Conclui-se com a pesquisa que as variáveis analisadas mostraram sensibilidade às mudanças fisiológicas provocadas pelo estresse do exercício físico progressivo contínuo. Em intensidades elevadas de exercício realizado na esteira ergométrica, observa-se uma redução nos valores das variáveis parassimpáticas em comparação aos valores de repouso, enquanto as variáveis simpáticas apresentam um leve aumento.

Palavras-Chave: Variabilidade da Frequência Cardíaca; Corrida; Regulação Autonômica.

AGRADECIMENTOS

Agradeço a instituição Universidade Federal do Amazonas por me proporcionar oportunidades e experiências únicas, onde adquiri novos conhecimentos e agradecer pela concessão de bolsa. Ao laboratório Ledehu e a Academia Escola, ambos da Faculdade de Educação Física e Fisioterapia, onde realizei minhas coletas com equipamentos e materiais adequados. Aos meus colegas colaboradores Gabriely Oliveira, Jordan Borges e João Neto, que me ajudaram ao decorrer da pesquisa. Em especial, ao meu orientador Prof. Dr. Vinicius Cavalcante, que me privilegiou com esse estudo apoiando-me em todos os momentos.

