

1476**ASSOCIAÇÃO DA VARIABILIDADE GLICÊMICA APÓS UMA SESSÃO DE EXERCÍCIO EXCÊNTRICO E EXERCÍCIO AERÓBICO COM A CAPACIDADE FUNCIONAL DE INDIVÍDUOS HÍGIDOS**

Thaís Stümer Andrade, Beatriz D'Agord Schaan, Franciele Ramos Figueira, Gustavo Waclawovsky, Bruna Beutler, Átila Tresohlavy, Daniel Umpierre, Karina Rabello Casali. Hospital de Clínicas de Porto Alegre (HCPA)

Sabe-se que pacientes diabéticos têm a capacidade funcional reduzida, entretanto pouco se conhece sobre a associação da redução glicêmica com a capacidade funcional, tanto em indivíduos diabéticos, quanto em saudáveis. Objetiva-se avaliar possível associação entre variabilidade glicêmica pós-exercício excêntrico e aeróbico e capacidade funcional de indivíduos hígidos. Quatro pacientes saudáveis ($35,5 \pm 19,1$ anos) usaram o sistema de monitorização contínua de glicose (CGMS) durante 3 dias e foram randomizados para uma sessão de exercício aeróbico (AER, 40 min de ciclismo a 70% da FCpico) e uma sessão de exercício excêntrico (EXC, 40 min de leg press, 6 séries de 10 repetições), com intervalo de 7 dias entre elas. A variabilidade glicêmica foi avaliada pela variância da curva normalizada pela glicemia média (VarN), a capacidade funcional pelo pico de consumo de oxigênio no teste cardiopulmonar, e a atividade física habitual (AFH) pelo Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ) e apresentada por equivalente metabólico (METS). Os indivíduos apresentaram glicemia de jejum de $90,0 \pm 8,6$ mg/dL e Hb1Ac $5,1 \pm 0,4\%$. As sessões de AER e EXC não alteraram o índice VarN (AER: pré: $4,3 \pm 2,4$ vs. pós: $2,1 \pm 0,6$; EXC: pré: $3,1 \pm 0,8$ vs. pós: $1,9 \pm 0,7$; $p=0,063$). A variabilidade glicêmica (VarN) pré-ERA não se correlacionou com METs ($r=0,400$; $p=0,750$), VO₂pico ($r=-0,949$; $p=0,083$), idade ($r=0,000$; $p=1,000$), índice de massa corporal, IMC ($r=-0,400$; $p=0,750$) e circunferência da cintura ($r=-0,400$; $p=0,750$). A variabilidade glicêmica pré-EXC não se correlacionou com METs ($r=0,800$; $p=0,333$), VO₂pico ($r=-0,632$; $p=0,333$), idade ($r=0,600$; $p=0,417$), IMC ($r=-0,200$; $p=0,917$) e circunferência da cintura ($r=-0,200$; $p=0,917$). O efeito do AER sobre a variabilidade glicêmica (20h pós-sessão) não se correlacionou com METs ($r=-0,400$; $p=0,750$), VO₂pico ($r=0,949$; $p=0,083$), idade ($r=0,000$; $p=1,000$), IMC ($r=0,400$; $p=0,750$) e circunferência da cintura ($r=0,400$; $p=0,750$). Também o efeito do EXC na variabilidade glicêmica (20h pós-sessão) não se correlacionou com METs ($r=-0,800$; $p=0,333$), VO₂pico ($r=0,316$; $p=0,750$), idade ($r=-0,400$; $p=0,750$), IMC ($r=-0,800$; $p=0,333$) e circunferência da cintura ($r=-0,800$; $p=0,333$). Embora os resultados não tenham sido estatisticamente significativos, a capacidade funcional, avaliada pelo VO₂pico, parece estar correlacionada positivamente à variabilidade glicêmica independente da modalidade de exercício em indivíduos hígidos, pois o coeficiente de correlação foi alto. É provável que um maior número de pacientes identifique estas correlações. Palavra-chave: Variabilidade glicêmica; Capacidade funcional; CGMS. Projeto 120148