

EFEITO DE DIFERENTES TEMPERATURAS CORPORAIS SOBRE O ESTADO DE HIDRATAÇÃO E DESEMPENHO EM CICLISTAS SUBMETIDOS AO TESTE PROGRESSIVO MÁXIMO

THAYSA PASSOS NERY CHAGAS (CREF 2464-G/SE)¹
GEEFFERSON LUIZ ALMEIDA CAVALCANTE²
EDRESSON GUILHERME FELIX DA SILVA²
EDUARDO SEIXAS PRADO²

¹Universidade Federal de Sergipe, Aracaju, Sergipe, Brasil

²Universidade Federal de Alagoas, Maceió, Alagoas, Brasil.
thaysanery@hotmail.com

INTRODUÇÃO: O aumento da temperatura corporal durante exercício pode promover efeitos fisiológicos e perceptivos que prejudicam o desempenho cognitivo-motor, agravado se houver um estado de desidratação. É possível avaliar o índice de estresse fisiológico (PhSI), através da frequência cardíaca (FC) e temperatura corporal (TC); e o índice de estresse perceptivo (PeSI), através da sensação térmica (ST) e percepção de esforço (PSE). Sabe-se pouco dessas alterações durante um teste progressivo máximo. **OBJETIVO:** Verificar o efeito agudo de diferentes temperaturas corporais sobre o estado de hidratação e desempenho cognitivo-motor e índices de estresse fisiológico e perceptivo em ciclistas durante teste progressivo máximo. **MÉTODO:** Após um teste progressivo máximo, dez ciclistas treinados foram divididos em dois grupos, baseados no aumento da TC após o teste: TC inferior a 1 °C (TC < 1) (n=5; 34,8 ± 8,2 anos; 67,7 ± 2,31 kg; 167,6 ± 2,8 cm; %G = 12,3 ± 1,7 %) e TC superior a 1 °C (TC > 1) (n=5; 40,2 ± 2,5 anos; 69,04 ± 2,82 kg; 171,6 ± 1,7 cm; %G = 8,6 ± 1,8 %). O estado de hidratação foi verificado através do Δ% da massa corporal, gravidade específica (GE) e coloração urinária (CASA et al. (2000). A memória imediata (MI) e a coordenação motora (TDN), foram avaliadas como descrita por McCrory et al. (2013), logo em seguida o tempo de reação simples (TRS) foi obtido (ECKNER et al. 2011). Índices de estresse fisiológico e perceptivo (PhSI e PeSI), foram obtidos conforme equação de Tikuisis et al. (2002). **RESULTADOS:** O estudo demonstrou que os ciclistas apresentaram diferença significativa da TC entre os grupos (TC < 1 = 0,6 ± 0,1 °C e TC > 1 = 1,6 ± 0,1 °C). Ambos os grupos realizaram os testes na mesma intensidade de esforço, visto pelas concentrações de lactato (TC < 1 = 6,47 ± 0,28 mmol/L e TC > 1 = 5,95 ± 0,45 mmol/L) e limiar de lactato pela FC (TC < 1 = 169,4 ± 3,8 bpm e TC > 1 = 159,2 ± 1,1 bpm), ao final do teste. O TC < 1 melhorou seu tempo de reação comparado ao TC > 1 após o teste. Houve aumento significativo nos indicadores de intensidade da FC e TC em ambos os grupos, e da PSE somente no grupo TC > 1. O PhSI foi maior no TC > 1 do que no TC < 1, sem alterações no PeSI entre os grupos. **CONCLUSÕES:** Os dados sugerem que o estado de hidratação não é alterado em um teste progressivo máximo, em ambiente termoneuro, com diferentes temperaturas corporais. Porém, o tempo de reação foi melhor com temperaturas corporais menores, enquanto que o índice de estresse fisiológico foi maior em temperaturas corporais mais elevadas.

Palavras-chave: Temperatura corporal; desidratação; estresse fisiológico.