

SUMÁRIO

	Página
LISTA DE TABELAS.....	vii
LISTA DE FIGURAS.....	viii
LISTA DE SIGLAS, ABREVIações E SÍMBOLOS.....	xiii
LISTA DE ANEXOS.....	xv
LISTA DE APêNDICES.....	xvi
RESUMO.....	xvii
ABSTRACT.....	xviii
1 INTRODUÇÃO.....	1
2 OBJETIVOS.....	3
2.1 Geral.....	3
2.1.1 Específicos.....	3
3 REVISÃO DA LITERATURA.....	3
3.1 História dos limiares metabólicos.....	3
3.1.1 Máximo estado estável de lactato.....	6
3.1.2 Limiar de lactato.....	8
3.1.3 Limiar anaeróbio individual.....	9
3.1.4 Lactato mínimo.....	10
3.1.5 Limiar ventilatório.....	14
3.1.6 Ponto de deflexão da frequência cardíaca.....	17
3.1.7 Ponto de deflexão do duplo produto.....	19
3.1.8 Limiar de eletromiografia.....	21
3.1.9 Limiar de saliva.....	22
3.1.10 Limiar de amilase salivar.....	23
3.2 Equilíbrio autonômico durante repouso e exercício.....	26
3.3 Variabilidade da frequência cardíaca.....	28

3.3.1	Definição.....	28
3.3.2	Métodos de análise da variabilidade da frequência cardíaca.....	29
3.3.2.1	Métodos não lineares.....	29
3.3.2.2	Métodos lineares.....	30
3.3.2.2.1	Análise no domínio da frequência.....	30
3.3.2.2.2	Análise no domínio do tempo.....	30
3.3.2.2.2.1	Cálculo com base nos intervalos RR individuais.....	31
3.3.2.2.2.2	Cálculo com base nos intervalos RR adjacentes.....	31
3.3.2.2.2.3	Plotagem de Poincaré.....	31
4	JUSTIFICATIVA.....	33
5	MATERIAL E MÉTODOS.....	33
5.1	Aspectos éticos.....	33
5.2	Procedimentos gerais.....	33
5.2.1	Recrutamento dos sujeitos.....	33
5.2.2	Critérios de inclusão.....	34
5.2.3	Critérios de exclusão.....	34
5.3	Procedimentos pré-teste.....	34
5.4	Procedimentos durante execução do teste.....	36
5.5	Procedimentos pós-teste.....	38
5.6	Análise dos dados.....	38
5.6.1	Antropometria.....	38
5.6.2	Frequência cardíaca e sua variabilidade.....	38
5.6.3	Lactato sanguíneo.....	41
5.6.4	Identificação dos limiares de variabilidade da frequência cardíaca.....	42
5.6.5	Identificação dos limiares de lactato.....	42
5.6.6	Comparação entre os limiares de variabilidade da frequência cardíaca e de lactato.....	42
5.7	Tratamento estatístico.....	43
6	RESULTADOS.....	43
7	DISCUSSÃO.....	54
7.1	Antropometria.....	54

7.2	Freqüência cardíaca.....	54
7.3	Limiars de lactato.....	55
7.4	Variabilidade da freqüência cardíaca.....	55
7.5	Variabilidade da freqüência cardíaca e limiars metabólicos.....	56
7.6	Limitações do estudo.....	63
8	CONCLUSÃO.....	64
8.1	Quanto a cinética da variabilidade da freqüência cardíaca.....	64
8.2	Quanto ao padrão de comportamento na curva da variabilidade da freqüência cardíaca.....	64
8.3	Quanto a existência do primeiro e do segundo limiar de variabilidade da freqüência cardíaca.....	64
8.4	Perspectivas futuras.....	65
	REFERÊNCIAS	66
	ANEXOS.....	84
	APÊNDICES.....	85