

# COMPORTAMENTO DA GLICOSE SANGUÍNEA PÓS EXERCÍCIOS COM ALTERAÇÃO DE SEQUÊNCIA DE TREINO: ESTUDO DE CASO EM DIABÉTICO TIPO I

Bruno D. Petersen, Osvaldo D. Siqueira, Luiz A.B. Crescente  
Orientador: Daniel C. Garlipp  
Universidade Luterana do Brasil - ULBRA/Canoas

## Introdução

O diabetes mellitus é uma síndrome que constitui um problema de saúde pública, devido à elevada prevalência, morbimortalidade e custos do tratamento. O exercício físico, seja agudo ou crônico, promove respostas adaptativas que aumentam a capacidade de transporte de glicose muscular, sendo que uma pequena quantidade de exercícios físicos, realizados com frequência, resultam na diminuição da glicemia.

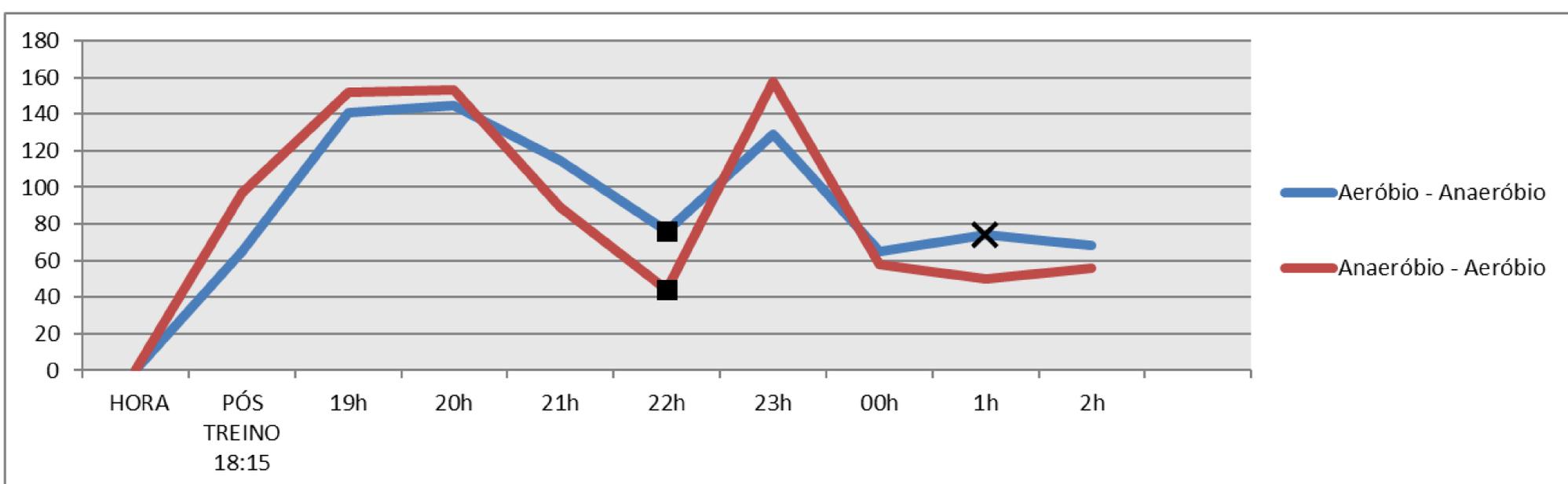
## Objetivo

Analisar o comportamento da glicose sanguínea, pós exercícios, com alteração da sequência de treino, em um diabético tipo I.

## Material e Métodos

Para o presente estudo de caso foi acompanhado um indivíduo do sexo masculino, com 21 anos de idade, diagnosticado diabético tipo 1 aos doze anos. O participante da pesquisa, realizou treinamento físico iniciando pelos exercícios aeróbios e após os anaeróbios, sendo que uma semana após alterou a sequência, iniciando seu treinamento pelos exercícios anaeróbios e após os aeróbios. Importante salientar que toda rotina diária e os procedimentos pré, durante e pós exercício foram idênticos nos dias de treino. Para a medição da glicemia foi usado o glicosímetro com sensor na epiderme, da marca FreeStyle® Libre. Os dados foram analisados frente aos seus valores brutos, sendo que o programa estatístico utilizado foi o SPSS 20.0.

## Resultados



## Conclusão

Conclui-se que mais estudos devem ser realizados, com um número maior de participantes a fim de aumentar a sustentação dos resultados encontrados.

## Referências

LAFIMED - Laboratório de Fisiologia e Medicina do Exercício.