

## **INFLUÊNCIA DA NATAÇÃO SOBRE A MASSA CORPORAL E SOBRE O PESO RELATIVO DO PULMÃO E DO CORAÇÃO EM RATOS .**

Ana Claudia dos Santos Cecílio, Andréia Justino Boy, Daiane Aparecida Dizarro de Oliveira, Denis Cezar Cogo dos Santos, Fabiani Moris, Fábio Scachetti, Fernando Jacinto Dutra, Jucélia Fragoso Evangelista, Lídia Shimabukuru, Maria Aparecida Evangelista, Roberta Furtado Forte, Simoni Mendes Vicente, Susiane

Cristina Giufrida Messias, Nailsson

G – Fisioterapia – INESUL – Londrina – PR

Elzira Diniz de Moraes

PG, D – INESUL – Londrina - PR

**PAINEL**

Email: [elziramor@gmail.com](mailto:elziramor@gmail.com)

Palavras- chaves: exercício físico, massa corporal, coração, pulmão, ratos.

A prática regular de exercícios físicos pode trazer grandes benefícios à saúde, como adaptações cardiorespiratórias que previnem doenças. Esse trabalho teve o objetivo de estudar os efeitos do exercício aeróbico de natação sobre a massa corporal e o peso relativo do coração e do pulmão em ratos. Para isso foram utilizados 12 ratos Wistar machos, adultos, pesando entre 240 e 300g, sendo 6 animais submetidos ao treinamento de natação por 40 dias durante 1 hora/dia e 6 animais sedentários mantidos no biotério da INESUL. Ao final do treinamento ambos os grupos de animais foram pesados e então sacrificados para a obtenção dos pesos de seus corações e de seus pulmões. Nossos resultados demonstraram redução da massa corporal e aumento do peso relativo do coração e do pulmão nos animais treinados comparados aos animais sedentários. Os resultados desse trabalho sugerem que a prática regular de exercícios físicos aeróbicos, como a natação, são capazes de provocar redução da massa corporal bem como melhorar a aptidão cardiorespiratória.