



B0284

### **A INFLUÊNCIA DO TECIDO EMISSOR DE RAIOS INFRAVERMELHO LONGO NO DESEMPENHO MUSCULAR**

Thaisla Inara Felipe (Bolsista SAE/UNICAMP), Arthur Fernandes Gáspari, Patrícia dos Santos Guimarães, Marina de Moraes, Giovana Verginia de Souza, Guilherme Fernando Couto Rodrigues, Bruno de Paula Caraça Smirmaul, Mara Patrícia Traina Chacon-Mikahil, Antonio Carlos de Moraes, e Prof. Dr. Antonio Carlos de Moraes (Orientador), Faculdade de Educação Física - FEF, UNICAMP

O tecido emissor de raios infravermelhos longos possui cristais bioativos que absorvem calor do corpo humano para devolvê-lo sob a forma de raios infravermelhos longos. Esses raios penetram na pele estimulando a microcirculação e o metabolismo celular. Embora essa tecnologia seja muito recente e seus efeitos em situação de exercício sejam pouco estudados acreditamos que o tecido possa agir na redução de fadiga muscular e na melhora do desempenho em teste máximo. O objetivo do estudo é avaliar o efeito do tecido sobre o desempenho (tempo de teste, velocidade, frequência cardíaca e consumo de oxigênio máximo ( $VO_2$ )) e comportamento eletromiográfico em indivíduos de diferentes níveis de condicionamento submetidos a teste ergoespirométrico. Foram analisados 17 participantes, homens e mulheres, sendo divididos em dois grupos de acordo com os valores de  $VO_2$ , os de alto  $VO_2$  (idade:  $23,8 \pm 2,8$  anos e peso:  $75,3 \pm 9,3$  kg) e os de baixo  $VO_2$  (idade:  $25,1 \pm 3,8$  anos e peso:  $68,8 \pm 12,1$  kg). Esses indivíduos realizaram aleatoriamente (tecido emissor de raios infravermelhos e Placebo) teste de esforço máximo em esteira rolante com captação do consumo de oxigênio a cada respiração e também do sinal eletromiográfico durante todo o protocolo. Não foram encontradas diferenças significativas no grupo total e nos grupos divididos por  $VO_2$  para nenhuma das variáveis de desempenho.

Eletromiografia - Raio infravermelho - Desempenho muscular