



## EFEITO DO TREINAMENTO DE FORÇA ASSOCIANDO A SUPLEMENTAÇÃO DE MUCUNA PRURIENS NA GORDURA CORPORAL E PERFIL LIPÍDICO DE RATOS

Congresso Online de Nutrição Clínica Avançada, 2ª edição, de 04/04/2022 a 07/04/2022  
ISBN dos Anais: 978-65-81152-53-6

**TAVARES; Renata Leite Tavares <sup>1</sup>, FONSECA; Herik Vieira de Carvalho <sup>2</sup>, OLIVEIRA; Thiago Almeida de <sup>3</sup>, SILVA; Alexandre Sergio <sup>4</sup>**

### RESUMO

**Introdução:** Associações de alimentos com exercício físico vem sendo testados no tratamento de distúrbios metabólicos. Dados recentes apresentaram a Mucuna Pruriens (MP) como uma substância com capacidade antiglicêmicas: **Objetivo:** verificar o efeito do extrato de MP associado ao treinamento de força no perfil lipídico. **Métodos:** ratos wistar machos foram randomizados em grupos (n=8): sedentários (SED), suplementados com MP (SMP), exercitados (EXR) e exercitados + suplementados com MP (EXM). Os animais treinados realizaram 10 semanas de exercício de saltos com cargas progressivas na forma de um colete (de 50% a 80% do peso corporal) e os animais suplementados receberam 250 mg de extrato de MP/kg/dia antes do treino. No plasma de sangue coletado após eutanásia, foram feitas análises de colesterol total (CT), lipoproteína de alta densidade (HDL), lipoproteína de baixa densidade (LDL), lipoproteína de muito baixa densidade (VLDL) e triglicerídeos (TG). Adicionalmente, os animais foram dissecados e foi realizada radiografia de dupla energia (DXA). **Resultados:** A DXA não revelou alteração na composição corporal, mas a dissecação mostrou menor gordura visceral nos grupos SMP (11,2±2,3 g), EXR (11,7±3,0 g) e EXM (10,9±2,7 g) quando comparado ao controle (SED) (16,3±4,2g p<0,05). Os animais tratados com MC apresentaram CT significativamente menores na comparação com os não tratados (SMP=54,1±8,2; EXM=57,5±2,7 versus SED=61,6±2,3; EXR= 67,3±3,6; p<0,05). O TG também apresentou valores significativamente menores dos animais que receberam a intervenção com MP (SMP=27,8±4,8; EXM=23,8±1,4; versus SED=58,4±14,1; EXR=63,4±14,1; p<0,05). os valores VLDL-C do grupo tratado com MP foram menores (SMP=5,7±1,2; EXM=5,6±0,7 versus SED=11,7±2,8; 12,7±3,4 p<0,05) do que no grupo não tratados com MP. Para LDL não houve diferença entre os grupos. Por outro lado, a MP e exercício não melhorou o HDL, uma vez que os valores dos grupos SMP (28,9±7,3) e EXM (30,9±1,7) foram menores em comparação com os grupos SED (36,1,2± 3,4) e EXR=36±1,2 p<0,05) e o grupo EXR não foi diferente de SED. **Conclusão:** A suplementação crônica com MP diminuiu a gordura visceral e melhora o perfil lipídico para as variáveis CT e TG, mas não para HDL. O treinamento de força e MP não se

<sup>1</sup> Laboratório de Estudos do Treinamento Físico Aplicado ao Desempenho e Saúde (LETFADS), renatatav@gmail.com

<sup>2</sup> Universidade Federal da Paraíba, herikhand@gmail.com

<sup>3</sup> Laboratório de Estudos do Treinamento Físico Aplicado ao Desempenho e Saúde (LETFADS), thiago\_ed.fisica@hotmail.com

<sup>4</sup> Universidade Federal da Paraíba (UFPB), alexandresergiosilva@yahoo.com.br

associam para potencializar o efeito hipolipidêmico.

**PALAVRAS-CHAVE:** Nutrição, composição corporal, HDL, Colesterol, Exercício