

## LESÕES MUSCULARES RELACIONADAS AS ATIVIDADES FÍSICAS EXCÊNTRICAS

CLEBIS, Naianne Kelly

NATALI, Maria Raquel Marçal (Orientador)

Devido a grande utilização da atividade física na atualidade, realizamos este trabalho com o objetivo de verificar quais são os fatores que contribuem para o surgimento das lesões nas fibras musculares estriadas esqueléticas após atividades físicas predominantemente excêntricas assim como, as alterações morfológicas estruturais e ultraestruturais que estas atividades induzem, uma vez que este tipo de contração é extremamente freqüente nas academias. Verificamos de acordo com a literatura que as ações excêntricas provocam tensão nas fibras musculares, desencadeando uma série de eventos que podem provocar danos lesões nas mesmas. Um dos eventos mais importantes neste processo é o aumento da permeabilidade ao íon cálcio, porque provoca despolarização da membrana aumentando os déficits contráteis. Além do cálcio existem outros fatores que podem induzir o surgimento de lesões, estes são a fadiga muscular e os compostos reativos do oxigênio (CRO). As maiores alterações morfológicas ocasionadas pelas contrações excêntricas estão relacionadas com as estruturas dos miofilamentos, dos sarcômeros e das linhas Z.

e-mail: naianne@bol.com.br