

Fisiologia do exercício

Physiology of Exercise

Antonio Carlos da Silva

Escola Paulista de Medicina / Universidade Federal de São Paulo – UNIFESP.

Durante atividade física diferentes mecanismos de suporte energético para o trabalho muscular são mobilizados. Dependendo do tipo, intensidade e duração do exercício o metabolismo predominante será anaeróbio alactico, láctico ou aeróbio.

O conhecimento das respostas fisiológicas normais ao exercício permite a identificação de padrões alterados pelas doenças e conseqüentemente o uso clínico do exercício físico. Existem particularidades nas respostas fisiológicas ao exercício nas doenças neuromusculares. Por exemplo, a redução da massa muscular ativa ou um déficit enzimático específico podem alterar respectivamente o comportamento das variáveis cardiorrespiratórias e metabólicas (ácido láctico por exemplo) durante o exercício.