

COMPORTAMENTO DO ESTADO DE HUMOR NO TESTE DE DINAMOMETRIA ISOCINÉTICA EM ADULTOS JOVENS

¹SILVA S.M., ¹PALOMARES R.A.F., ²BOCALINI D.S., ²BRANDÃO M.R.F.,
^{2,3}FIGUEIRA JUNIOR A.J. ²ZANETTI M.C., ²SUZUKI, F.S., ²POLITO, L.F.T.

¹Curso de Educação Física – Universidade Nove de Julho (UNINOVE) – São Paulo – SP

²Programa de Pós Graduação Stricto Sensu em Educação Física – Universidade São Judas Tadeu (USJT) - São Paulo – SP

³Curso de Educação Física – Faculdades Metropolitanas Unidas (FMU) – São Paulo – SP

Introdução: a escala de humor de Brunel (BRUMS) tem se mostrado eficiente para avaliar diferentes estados de humor em momentos pré e pós treinamento ou competição, podendo estar associado a variáveis fisiológicas da carga de treinamento. **Objetivo:** analisar e comparar o estado de humor 30 minutos antes, imediatamente antes e imediatamente após um protocolo de fadiga induzido pelo uso da dinamometria isocinética. **Metodologia:** a amostra composta de 20 adultos jovens saudáveis com média de idade $26,9 \pm 6,3$ anos foi submetida ao seguinte protocolo de fadiga: 10 séries de 10 repetições de movimentos de flexão (excêntrica) e extensão (concêntrica) de joelho, com velocidade de $120^\circ/s$ a 70% da contração isométrica voluntária máxima (CIVM) e intervalo de 45 segundos entre as séries. As coletas dos estados de humor foram realizadas 30 minutos antes, imediatamente antes (indivíduo já posicionado na cadeira do isocinético) e imediatamente após o protocolo de fadiga. Para análise estatística foi aplicado teste de Anova *One Way* com *Post-hoc* de *Tuckey*. **Resultados:** Foi verificada redução significativa nos níveis de tensão pós-teste quando comparado com os níveis de tensão imediatamente pré-teste, o que pode ter ocorrido devido à primariedade do indivíduo no uso do aparelho e na realização do protocolo, o que também pode explicar o fato de a confusão imediatamente pré-teste ser maior que a confusão 30 minutos antes do teste. Além disso, foi encontrado aumento significativo nos níveis de fadiga pós-teste, mostrando desta forma relação entre fadiga neuro-motora, fisiológica e psicológica. **Considerações finais:** os dados encontrados permitem verificar que o teste de BRUMS apresentou-se sensível a alterações de estados de humor, que parecem estar relacionados ao desempenho esportivo.

Palavras-chaves: Estado de humor, fadiga, dinamômetro isocinético