

**Revista Brasileira de Ciência e Movimento – ISSN:0103-1716**

**Editor de Seção:** Jonato Prestes

Prédio São João Bosco Sala G-3A

QS 07 Lote 01 EPCT – Águas Claras – CEP 71996-700, Taguatinga – DF

E-mail: rbcm@ucb.br - <http://portalrevistas.ucb.br/index.php/RBCM/index>

## CARTA – RESPOSTA

Prezado Editor,

Venho por meio deste, apresentar a carta-resposta detalhada referente às revisões apresentadas pelos avaliadores do manuscrito original intitulado **“Exercício prévio de força muscular não altera a percepção subjetiva de esforço em teste aeróbio com final conhecido”**. Agradecemos ao prezado editor pela oportunidade de resubmeter o artigo, e aos revisores, pelas observações e considerações minuciosas. Acreditamos que as ponderações apontadas são pertinentes, e fortaleceram o artigo. Tentamos atendê-las em sua maioria, com algumas exceções, nas quais as sugestões dos revisores foram conflitantes. Nesse caso, nos guiamos pela coerência interna do trabalho. Abaixo estão as respostas de cada revisor, separadas de acordo com a seção do artigo. As reformulações no artigo foram realçadas em fundo amarelo.

### **SUGESTÕES DE ALTERAÇÕES NO TÍTULO/TITLE:**

1. Resposta ao Avaliador A (balão A1) e avaliador B sobre o título do manuscrito:

Foram realizadas as alterações no título do manuscrito para enquadramento das orientações de ambos os avaliadores no manuscrito. Desta forma, o título foi alterado para:

Em português: “Efeitos de um exercício prévio de força muscular sobre as respostas de variáveis psicofisiológicas durante exercício aeróbio”.

Em inglês: “*Effects of a prior muscle strength exercise in responses of psychophysiological variables during aerobic exercise*”.

### **SUGESTÕES DE ALTERAÇÕES NO RESUMO/ABSTRACT:**

2. Resposta à observação do Avaliador A e Avaliador B sobre o resumo:

O objetivo do resumo foi alterado como solicitado por ambos os revisores, para ficar igual ao escrito na introdução:

“Verificar se a taxa de elevação (*slopes*) da percepção subjetiva de esforço (PSE) poderia ser dissociada da taxa de modificação de variáveis cardiopulmonares e nas concentrações de lactato (Lac), ao longo de um exercício aeróbio realizado após a execução de um exercício prévio de força muscular”.

3. Resposta à observação do Avaliador A sobre o valor-*p* apresentados no Resumo/Abstract e no tópico Resultados:

Adicionamos os valores de “*p*” provenientes das comparações/correlações.

“Antes do início da corrida de 5-km, as Lac entre as condições controle e experimental foram  $0,5 \pm 0,2$  e  $3,1 \pm 0,9$  mmol·L<sup>-1</sup>, respectivamente ( $p = 0,001$ ). Não foi observada diferença no *slope* da PSE entre as condições ( $p = 0,905$ ). Na condição experimental o *slope* das Lac foi menor ( $p = 0,001$ ), enquanto os *slopes* do volume de dióxido de carbono (VCO<sub>2</sub>) ( $p=0,037$ ) e quociente respiratório (QR) ( $p = 0,001$ ) foram maiores.”

### **SUGESTÕES DE ALTERAÇÕES NAS PALAVRAS-CHAVES/KEY-WORDS:**

4. Resposta à observação do Avaliador A e Avaliador B sobre as palavras-chaves:

Foi alterado a expressão tarefa fechada/*closed loop* pôr exercício aeróbio/*aerobic exercise*; e adicionado a expressão esforço percebido/*perceived exertion*.

**Palavras chave:** Lactato; Sistema nervoso central; Treinamento; Exercício aeróbio; Esforço Percebido.

**Key words:** *Lactate; Central nervous system; Training; Aerobic exercise; Perceived Exertion.*

### **SUGESTÕES DE ALTERAÇÕES NA INTRODUÇÃO:**

5. Resposta à observação do Avaliador A e B, página 3, primeiro paragrafo da Introdução, sobre a ordem da escrita das informações no texto.

A sugestão acima foi acatada no documento, alterando-se a ordem das informações e adicionado o texto o seguinte trecho:

“A percepção subjetiva de esforço (PSE) é sugerida como uma variável psicofisiológica, pois reflete as alterações nas respostas psicológicas e fisiológicas durante a realização do exercício físico. Tradicionalmente quantificada por meio das escalas sugeridas por Borg<sup>1</sup>, a PSE tem sido uma ferramenta importante para a quantificação da intensidade de diferentes modelos de exercício, assim como para a prescrição e monitoramento das cargas internas de treinamento físico. Em adição, a resposta da PSE tem sido um meio eficaz de estimar o desempenho em exercícios fechados por um ponto final previamente determinado<sup>2</sup>, ou o tempo de exaustão num exercício aberto, sem ponto final previamente estabelecido<sup>3</sup>. Neste caso particular, a característica de integração entre componentes fisiológicos e psicológicos reforçar a sugestão de que a PSE é uma ferramenta robusta para o controle da intensidade do exercício.”

6. Resposta à observação do Avaliador B, na Introdução, sobre a pergunta experimental não justificada:

A sugestão acima foi acatada e alterada no documento.

7. Resposta à observação do Avaliador B, página 3, segundo paragrafo da Introdução:

A sugestão acima foi acatada e alterada no documento. Foi adicionado a conjunção, para criar ligação entre as informações do primeiro e segundo parágrafos:

“Por exemplo, Demura e Nagasawa<sup>9</sup> analisaram a relação entre a PSE e as respostas da VE, VO<sub>2</sub> e FC, durante um teste incremental máximo e verificaram correlações significantes entre a PSE e as respostas destas variáveis ao longo do teste.”

8. Resposta à observação do Avaliador B, página 2 da introdução, linha 5:

A sugestão acima foi acatada e alterada no documento. Foi retirada a expressão, “resultados de”, que estava antes de Pires et. al.

“Corroborando estes resultados obtidos em testes incrementais, Pires *et al.*<sup>3</sup>, investigaram as respostas cardiopulmonares e Lac em exercícios de sobrecargas constantes, e observaram que as taxas de elevação nessas variáveis também estavam correlacionadas à taxa de elevação na PSE.”

### **SUGESTÕES DE ALTERAÇÕES NOS MATERIAIS E MÉTODOS:**

9. Resposta à observação dos Avaliador A e B no primeiro parágrafo do tópico materiais e métodos em relação as características da amostra:

A sugestão acima foi acatada e alterada no documento. As características da amostra foram adicionadas ao parágrafo e retirada a representação em tabela dessas informações.

10. Resposta à observação do Avaliador B sobre a adição do subtópico chamado “Procedimentos Gerais e Amostra”.

Sugestão acatada e alteração realizada.

11. Resposta à observação do Avaliador A, primeiro parágrafo do tópico Materiais e Métodos (Comentário/Balão A6):

A sugestão acima foi acatada e alterada no documento. A “limitação neuromuscular” diz respeito a qualquer agravo ósseo e/ou articular que comprometesse a realização do exercício. Para dirimir o entendimento a expressão “limitação neuromuscular” foi substituída por “limitação osteoarticular”, e acrescentado o termo “metabólica”.

“Os sujeitos não apresentavam qualquer limitação osteoarticular, metabólica ou cardiopulmonar na época em que o estudo foi conduzido.”

12. Resposta à observação do Avaliador B sobre a apresentação dos tópicos das informações das sessões preliminares:

Sugestão acatada e alteração realizada no texto do manuscrito.

13. Resposta à observação do Avaliador B em relação ao tópico referente a determinação das 15RM:

Sugestão acatada e alteração realizada. Em relação à correlação intraclasse, testes de 15RM realizados em nosso laboratório têm apresentado altos níveis de coeficiente de correlação intraclasse (ICC= 0,99).

14. Resposta á observação do Avaliador B no que diz respeito a descrição do teste incremental e a identificação dos limiares (LL1 e LL2) para a prescrição do exercício da sessão controle e experimental:

Sugestão acatada e alteração realizada no texto.

15. Resposta à observação do Avaliador B em relação à determinação dos coeficientes angulares das variáveis dependentes e realização da plotagem para uma única variável independente e a adição do subtópico “Análise dos dados” antes do subtópico “Tratamento Estatístico”:

A sugestão foi acatada e as alterações realizadas no texto. Foram calculados os coeficientes angulares de cada indivíduo para cada uma das variáveis dependentes a partir de ajustes lineares, nas quais as variáveis dependentes foram plotadas em relação à distância percorrida (km-km).

### **SUGESTÕES DE ALTERAÇÕES NOS RESULTADOS:**

16. Resposta à observação do Avaliador A, Comentário/Balão A11:

A sugestão acima foi acatada e alterada no documento. Foi adotada a sequência de apresentação dos resultados indicado pelo avaliador.

17. Resposta à observação do Avaliador B em relação à escrita dos resultados:

Alterações foram realizadas para deixar o texto mais claro.

18. Resposta à observação do Avaliador A, Comentários/Balões A12-A15:

A sugestão acima foi acatada e alterada no documento. Foram feitas as alterações exigidas para a padronização dos gráficos.

19. Resposta à observação do Avaliador B sobre a apresentação dos gráficos dos resultados e a plotagem dos dados:

A sugestão acima foi acatada e alterada no documento.

20. Resposta à observação do Avaliador B em relação à representação dos dados em tabela com valores de média e desvio padrão, e não em gráficos:

A sugestão acima não foi acatada, visto que não seria apresentado o comportamento/monitoramento ao longo do exercício aeróbio das variáveis investigadas. Diante disso, a representação em gráficos permite a visualização do comportamento dessas variáveis.

21. Resposta à observação do Avaliador B no que diz respeito aos valores do  $p$ , colocar os valores exatos e não os generalistas.

Sugestão acatada e alteração realizada.

#### **SUGESTÕES DE ALTERAÇÕES NA DISCUSSÃO:**

22. Resposta à observação do avaliador B sobre a interpretação dos resultados:

Sugestão acatada e alteração realizada.

#### **SUGESTÕES DE ALTERAÇÕES NA CONCLUSÃO:**

23. Resposta à observação do avaliador B sobre a escrita da conclusão no que diz respeito a resposta aos objetivos propostos no trabalho:

Sugestão acatada e alteração realizada.

As alterações realizadas no texto estão em cor de realce em cor amarela.

24. Resposta às alterações automáticas realizadas pelos avaliadores A e B:

Acatamos todas as alterações na gramática realizadas pelos revisores e alterada no documento.

Alterações gramaticais e ortográficas foram feitas, de acordo com as sugestões dos avaliadores.

Por fim, gostaríamos de reforçar nossos agradecimentos ao corpo editorial da RBCM, e nos colocarmos à disposição para eventuais esclarecimentos.

Subscrevo-me, respeitosamente, em nome de todos os autores.

Fernando L. Silva-Júnior.