

EDITORIAL**A importância do Fisiologista do Exercício na Prescrição de Exercícios****Prof. Dr. Francisco Navarro****Editor Chefe da RBPFEEX**

A atividade física e o exercício físico ganham cada vez mais importância como elemento essencial para a manutenção e regulação das atividades fisiológicas no corpo humano. Por isso precisamos qualificar cada vez mais profissionais na área da saúde com conhecimentos em FIOLOGIA DO EXERCÍCIO para que estes profissionais possam prescrever exercícios com segurança e melhores resultados para a manutenção e também para o ganho de saúde.

É sabido pela literatura científica que os únicos meios para se ganhar saúde é através da prática regular de atividade física e de exercícios físicos prescritos para que a intensidade, frequência e duração sejam específicos para cada tipo de indivíduo/ cliente e também através de uma alimentação balanceada, equilibrada e prescrita pelo profissional habilitado que é o nutricionista.

Devido a isso, caros estudantes, de graduação na área da Saúde para que você tenha maior chance de sucesso profissional na prescrição de exercícios para indivíduos saudáveis ou enfermos é recomendável que após a conclusão da graduação você faça um curso de especialização Lato Sensu em Fisiologia do Exercício.

Por isso, tenho o prazer em lhes apresentar nossa revista número 15, a terceira do volume 3, sendo que, novamente conseguimos 12 artigos para esse número. Com isso vamos mantendo a nossa periodicidade e também o número de artigos para a cada revista lançada melhorar a nossa qualidade tanto dos artigos quanto da diagramação, a fim de divulgarmos os Benefícios Científicos do Exercício Físico Prescrito por Especialistas.

Nesse sentido, convido você, leitor, nesse momento a apreciar os 12 artigos publicados no volume 3 número 15 da Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício – RBPFEEX.

Contamos com a colaboração dos Pesquisadores das Faculdades, Centro Universitários e Universidades de todas as regiões do Brasil que continuem contribuindo para mantermos a periodicidade a quantidade e a qualidade na publicação da RBPFEEX.

Atenciosamente

Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício

ISSN 1981-9900 *versão eletrônica*

Periódico do Instituto Brasileiro de Pesquisa e Ensino em Fisiologia do Exercício

www.ibpefex.com.br / www.rbpfex.com.br

Editor-chefe

Prof. Dr. Francisco Navarro (IBPEFEX / UGF)

Editores Associados

Prof. Dr. Roberto Simão (UFRJ)
 Prof. Dr. Reury Frank Pereira Bacurau (USP-Leste)
 Prof. Dr. Francisco Luciano Pontes Junior (USP-Leste)
 Profa. Dra. Claudia Regina Cavaglieri (UNIMEP-Piracicaba)
 Prof. Especialista Carlos Eduardo Cintra (IBPEFEX / UGF)
 Prof. Ms Antônio Coppi Navarro (IBPEFEX / UMC)
 Prof. Ms. Jonato Prestes (UFSCar)
 Profa. Ms. Rafaela Liberali (UGF)
 Prof. Ms. Mário Augusto Charro (IBPEFEX / USCS)

Revisores Científicos

Prof. Dr. Marcelo Saldanha Aoki - Universidade de São Paulo – USP-Leste
 Prof. Dr. Gustavo Puggina Rogatto - Universidade Federal de Lavras
 Profa. Dra. Rozangela Verlengia - Universidade Metodista de Piracicaba – UNIMEP
 Prof. Dr. Waldecir Paula Lima - Instituto Federal de Educação Ciência e Tecnologia - IFSP
 Prof. Dr. Newton Nunes - Universidade de São Paulo, Escola de Educação Física e Esporte INCOR
 Prof. Dr. Tácito Pessoa de Souza Junior - Universidade Metropolitana de Santos – UNIMES
 Profa. Dra. Denise Maria Martins - Universidade Estadual de Pernambuco – UPE
 Profa. Dra. Renata Rebello Mendes - Universidade Bandeirantes – UNIBAN
 Profa. Dra. Marcela Meneguello Coutinho - Universidade Pesbliteriana Mackenzie
 Profa. Dra. Natale Rolim - Universidade de São Paulo, Escola de Educação Física e Esporte – USP
 Prof. Dr. Gustavo José Justo da Silva - Universidade de São Paulo - INCOR, Laboratório de
 Cardiologia Molecular e Genética – USP
 Prof. Dr. Marcelo Macedo Rogero - Universidade de São Paulo, Faculdade de Saúde Pública–USP
 Prof. Dr. João Luiz Quagliotti Durigan - Universidade Federal da Paraíba – UFPB
 Prof. Dr. Ricardo Zanuto - Centro Universitário de Santo Andre (FEFISA)
 Prof. Doutorando Charles Ricardo Lopes - Universidade de Campinas - Unicamp - Laboratório
 de Bioquímica do Exercício - IB
 Prof. Ms. André Luis Almeida - Universidade Gama Filho – UGF
 Prof. Ms. Alex Souto Maior Alves - Centro Univeristário Plínio leite (UNIPLI) e Centro
 Universitário da Cidade (UniverCidade)
 Prof. Mestrando Bernardo Neme Ide - Universidade de Campinas - Unicamp - Laboratório de
 Bioquímica do Exercício - IB
 Prof. Ms. Rafael Ayres Romanholo - Faculdade de Ciências Biomédicas de Cacoal –FACIMED/RO
 Prof. Ms. Milton Rocha de Moraes - Universidade Federal de São Paulo – UNIFESP
 Prof. Ms. João Henrique Bohn Zanoni - Centro Universitário Campos de Andrade –UNIANDRADE
 Prof. Ms. José Donato Junior - Universidade de São Paulo, Instituto de Ciências Biomédicas III
 Prof. Ms. Everson Araújo Nunes - Universidade Federal de Paraná – UFPR
 Prof. Ms. Gleisson Alison Brito - Universidade Federal do Paraná - UFPR
 Prof. Ms. Felipe Fedrizzi Donatto - Universidade de São Paulo – ICB I - USP
 Prof. Ms. Gilberto Martinez Júnior - Universidade Federal de São Paulo - UNIFESP
 Profa. Ms. Eliana Lousada - Universidade Gama Filho - UGF
 Prof. Ms. Luiz Carnevali Júnior - Faculdades Anhanguera
 Prof. Ms. Marcelo Conte - Universidade de Sorocaba – UNISO e Escola Superior de Educação
 Física de Jundiá – ESEFJ

Revisores / Tradutores

Alexandre Augusto Navarro Teixeira (IBPEFEX / PUC-PR)

Marina Valente Navarro (IBPEFEX)

Web Master / Diagramador

Francisco Nunes Navarro (IBPEFEX / FIAP)