**ARTIGO - Exercício físico, processo inflamatório e adaptação: uma visão geral**

**ESTUDO DIRIGIDO – deve ser entregue no dia da prova, no início da aula (19 horas), manuscrito.**

1. O que caracteriza o processo inflamatório e qual seu objetivo?
2. O que são neutrófilos e macrófagos e qual a função?
3. Está curioso para saber o que significa rompimento, alargamento

ou prolongamento da linha Z com subsequente comprometimento da ancoragem dos filamentos finos e ligacao das fibras adjacentes? Calma, veremos isso quando estudarmos os músculos!

1. O que são citocinas? Qual sua função?
2. Como chama-se o influxo de células inflamatórias para o local lesionado?
3. O que é exacerbação do dano?
4. De que forma pode ser explicada a maior susceptibilidade a infecções do trato respiratório superior de atletas, que são submetidos a exercício exaustivo e prolongado?
5. O que é catabolismo proteico?
6. O que é lipogênese hepática?
7. O que é lipólise?
8. O que é gliconeogênese?
9. O que significa as siglas ACTH e GH?
10. O que é leucocitose?
11. O que é hemostasia?
12. O que significa a sigla RNAm?
13. O que é permeabilidade vascular?
14. O que é efluxo?
15. O que é interstício celular?
16. Qual a diferença entre receptor agonista e antagonista?
17. O que é proteólise muscular? Qual sua finalidade?
18. Em quais situações o exercício físico pode ser prejudicial (relacione com a homeostase!)?
19. O que é empirismo?