**Influência de um período de livre postura, durante uma formatura militar, em variáveis fisiológicas e percepção subjetiva de esforço**

Influência de livre postura durante uma formatura militar

Três pontos de destaque do artigo:

1. Um período de livre postura de 5 minutos, durante uma formatura com mochila militar, apresentou um efeito protetor no edema da panturrilha;
2. Também retardou a elevação da frequência cardíaca durante a atividade ortostática com o máxima de imobilidade e carga externa;
3. Porém, não influenciou na percepção subjetiva de esforço.

**Contagem de palavras no Resumo:** 469

**Contagem de palavras no Corpo do Texto:** 3715

**Palavras-chave:** ortostatismo; variáveis fisiológicas; esforço percebido; militares

**Autor(es), titulações, e-mails e afiliações:**

Michel Moraes Gonçalves, Mestre§ 1,2 – michel\_fitness@hotmail.com

Humberto Lameira Miranda, Doutor§ 1 – humbertomirandaufrj@gmail.com

Eduardo Borba Neves, Doutor§ 1,2 – borbaneves@hotmail.com

Fabio Alves Machado, Mestre§ 2 – machado.fa@gmail.com

Antônio Marcio dos Santos Valente, Mestre§2,4 – valenteinf@yahoo.com.br

Allan Inoue, Doutor§ 3 – allan\_inoue@hotmail.com

Runer Augusto Marson, Doutor§ 2,5 – runer.marson@gmail.com

1Universidade Federal do Rio de Janeiro

2Instituto de Pesquisa da Capacitação Física do Exército

3Marinha do Brasil, CEFAN

 4Universidade Estadual do Rio de Janeiro

5Universidade Federal Fluminense

**Atribuições dos autores**

Michel Moraes Gonçalves – contribuiu na formulação do projeto de pesquisa, coleta, metodologia, análise, discussão dos dados e formatação do manuscrito

Humberto Lameira Miranda – contribuiu na conclusão e revisão

Eduardo Borba Neves – contribuiu na formulação do projeto de pesquisa e revisão

Fabio Alves Machado – contribuiu na metodologia, coleta, interpretação e discussão dos dados

Antonio Marcio dos Santos Valente – contribuiu na metodologia, coleta e interpretação dos dados

Allan Inoue – contribuiu na conclusão e revisão

Runer Augusto Marson – contribuiu na formulação do projeto de pesquisa, revisão, resumo e abstract

**Agradecimentos**

Agradecemos ao comando do 57º Batalhão de Infantaria Motorizado (Escola) pelo prestimoso apoio, sem o qual não seria possível a realização deste estudo.

**Financiamento e instituições patrocinadoras**

O presente trabalho foi realizado com apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - Brasil (CAPES) - Código de Financiamento 001.

**Declaração de Conflito de Interesses**

Declaramos não haver conflito de interesse.

**Endereço postal do autor correspondente:**

E-mail: michel\_fitness@hotmail.com

Instituto de Pesquisa da Capacitação Física do Exército - IPCFEx.

Endereço: Av. João Luiz Alves, s/n - Urca, Rio de Janeiro - RJ,

CEP: 22291-090.

Fone: (21) 97927-7007.