

## INDICATORI SALIVARI PENTRU EFORTUL FIZIC

**Cristina Alexa, Simona Tache**

UMF „Iuliu Hațieganu” Cluj-Napoca, Catedra de Fiziologie

### **Rezumat**

Saliva este un lichid biologic care poate fi folosit în scop diagnostic în medicina și fiziologia sportului, colectarea fiind simplă neinvazivă și nestresantă. Modificările compoziției salivare la subiecți neantrenați și antrenați pot servi ca markeri obiectivi ai răspunsului organismului la efort fizic. Determinările unor indicatori salivari, în special Ig și hormoni (cortizol și testosteron) și oxidanți/antioxidanți oferă informații utile pentru studiul adaptării organismului la efort.

**Cuvinte cheie: indicatori salivari, efort fizic, adaptare la efort, oxidanți/antioxi-danți.**