

LISTA DE ABREVIATURAS

ACSM : *American College of Sports Medicine*

et al. : *et alii* (e outros)

dw : *dry weight*

ex. : exemplo

FC : Frequência cardíaca

Fig. : Figura

g : grama

h : hora

HC : Hidratos de carbono

IMC : Índice de Massa Corporal

Kcal : “Caloria”

Kg : Quilograma

KJ : Quilojoule

l : litro

MJ : Milijoule

m : metro

min : minuto

ml : mililitro

mmol : milimol

n : número de sujeitos de uma amostra

Na⁺ : Sódio

VO₂máx : Consumo máximo de oxigénio

ww : *wet weight*