

ANÁLISE RELACIONAL ENTRE O USO DE SUPLEMENTAÇÃO PROTEICA E DANOS RENAIIS EM ATLETAS DE MUSCULAÇÃO

XXIX Encontro de Extensão

Mariana Mota Monteiro Latorre, Letícia Chaves Vieira Cunha, Antônio Marto Pinheiro Júnior, Sarah Araujo Lima, Elizabeth de Francesco Daher, Taina Veras de Sandes Freitas

INTRODUÇÃO: Muitos atletas de musculação fazem uso de suplementação proteica a fim de adquirir resultados cada vez melhores no desempenho atlético. Entretanto, o consumo inadequado desses suplementos pode acabar provocando resultados negativos ao organismo. **OBJETIVO:** Analisar se há relação entre o uso de suplementação proteica e danos renais nos atletas de musculação participantes do estudo. **METODOLOGIA:** Estudo quantitativo transversal realizado com a coleta de dados em ações em academias de musculação e de 'CrossFit' de Fortaleza-CE entre os anos de 2017 e 2019. As ações eram estruturadas com as etapas: preenchimento de formulário sobre histórico médico e uso de suplementação proteica; obtenção de medidas antropométricas; aferição de pressão arterial e de glicemia e análise urinária através do método 'dipstick'. Para a análise estatística, utilizou-se o teste de Qui Quadrado, adotando o intervalo de confiança de 95%, com $p < 0,05$. **RESULTADOS:** Participaram do estudo 151 atletas, dos quais 57,6% ($n=87$) eram mulheres. A idade e o IMC médios foram de $32,32 \pm 9,31$ anos e $27,08 \pm 3,81$ kg/m², respectivamente, nos homens e de $35,62 \pm 10,00$ anos e $24,51 \pm 4,13$ kg/m², respectivamente, nas mulheres. Do total, 29,13% ($n=44$) faziam uso de suplementação proteica. Níveis de proteinúria foram encontrados em 36,5% dos não usuários e 34% dos usuários. A associação da presença de proteinúria entre os usuários e não usuários não foi de valor significativo ($p=0,425$). Observou-se associação estatisticamente significativa entre o uso de suplementação proteica e a elevação da Pressão Arterial Sistólica ($p=0,029$). **CONCLUSÃO:** O consumo de suplementação proteica não apresentou relação direta com a proteinúria, podendo esta estar relacionada a outras variáveis do contexto atlético, como a intensidade do exercício praticado. Por outro lado, a suplementação apresentou relação com a hipertensão, que, por sua vez, pode ocasionar danos cardiovasculares e renais.

Palavras-chave: MUSCULAÇÃO. PROTEÍNA. RIM.