

LOPES; Thalia Eduarda Soares¹, GOMIDE; Beatrice Oliveira Cardoso², FERRARI; Bruna Thamiris Montolezzi³

RESUMO

O futebol é o esporte mais popular no mundo e vem crescendo a cada dia, até mesmo em regiões onde há pouco ele era quase desconhecido. Apesar de sua difusão e popularidade, poucos estudos foram realizados a respeito da bioquímica e hematologia de jogadores de futebol. Surpreendentemente, os parâmetros hematológicos e as características bioquímicas que podem ser cruciais para prever o desempenho físico ideal, raramente foram examinados em jogadores de futebol de elite, que estão envolvidos em temporadas competitivas muito exigentes. O objetivo do estudo foi realizar a análise de dados hematológicos e bioquímicos de jogadores de futebol profissional, comparar os indicadores com os valores ideais sugeridos pela literatura e avaliar indiretamente o status nutricional destes indivíduos. Este estudo é do tipo primário, intervencional, longitudinal, prospectivo, quanti e qualitativo. Foram incluídos 11 jogadores de um time de futebol profissional com média de idade de 23 +/- 6. Os atletas assinaram um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido que foi enviado ao Comitê de Ética da Universidade de Marília - Unimar. A coleta de dados foi realizada por um laboratório escolhido pela equipe médica do clube. Foram solicitados os indicadores de série vermelha e branca, perfil lipídico, vitamina D, proteína c reativa, AST (aspartato aminotransferase) e ALT (alanina aminotransferase), sódio, potássio, ureia e creatinina. Os dados obtidos são referentes às datas de dezembro de 2019 e agosto de 2020, coletados no período da manhã entre 06:00 e 08:00 horas em estado de jejum de 8 horas. Em relação ao hemograma 36,4% dos jogadores apresentaram um valor de hemoglobina abaixo de 14g/dl, os outros 63,6% apresentaram um valor entre 14,1g/dl e 16,6g/dl. Nos resultados de hematócrito 45,4% dos jogadores apresentaram um valor abaixo de 42% desse indicador, do valor total 36,4% dos atletas são os mesmos indivíduos que apresentaram valores de hemoglobina reduzidos. O PCR em 54,5% dos atletas encontrou-se menor que 0,8g/dl. Todos os jogadores se encontraram com valores normais de AST e ALT, exceto um indivíduo. Valores de sódio, potássio, ureia e creatinina estão dentro da normalidade. Os indicadores de série branca não apresentaram nenhuma alteração. Os indicadores do colesterol sérico demonstraram que 50% dos jogadores se encontraram com o HDL-C baixo para o nível esportivo. A vitamina D também se encontrou abaixo do esperado em mais de 50% dos indivíduos. Houve a suplementação de vitamina D, ômega-3 e magnésio em 50% dos jogadores desse estudo. Conclui-se que esses jogadores apresentaram alterações bioquímicas e hematológicas tendo maior relevância os níveis de C-HDL e vitamina D baixa para a modalidade esportiva. Os níveis de sódio mesmo não se encontraram acima da recomendação, mas deve-se ter melhor controle através da alimentação.

PALAVRAS-CHAVE: Futebol. Nutrição Esportiva. Hematologia. Bioquímica.

¹ Universidade de Marília - Unimar, thaliaelopes@gmail.com

² Universidade de Marília - Unimar, bia.gomide@hotmail.com

³ Universidade de Marília - Unimar, b.mzferrari@gmail.com