

# FADIGA PÓS COVID E DESEMPENHO ESPORTIVO: EVIDÊNCIAS ATUAIS

Congresso Online Brasileiro de Atualização Médica , 4ª edição, de 05/06/2023 a 07/06/2023

ISBN dos Anais: 978-65-5465-030-4

ALVES; Bruna Oliveira <sup>1</sup>, PONTES; Kaio Henrique Oliveira<sup>2</sup>, JACINTO; Rafael Abrantes<sup>3</sup>, SANTIAGO; João Henrique Thomé<sup>4</sup>, DIAS; Aylton Albernaz<sup>5</sup>, MEDEIROS; Gustavo<sup>6</sup>

## RESUMO

**Introdução:** O desempenho esportivo está intimamente ligado com a recuperação muscular e com a capacidade cardiorrespiratória do indivíduo, de modo que em uma situação comprometedora dessas funções, é provável que o desempenho seja afetado. Sendo assim, considerando o contexto recente da COVID-19, doença que afeta essas funcionalidades, discutiremos a respeito das evidências atuais da fadiga pós COVID em atletas. **Objetivos:** A partir de uma revisão integrativa da literatura, objetiva-se elucidar os principais sintomas associados à fadiga pós-covid e suas causas mais prevalentes, fatores limitadores do desempenho esportivo em atletas. Além disso, pretende-se compreender o grau de influência da hospitalização, do uso de medicamentos controlados e da ventilação mecânica no aumento da fadiga e na consequente diminuição da performance esportiva desses pacientes. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura. A plataforma de pesquisa foi a PubMed. Utilizaram-se os descritores "covid-19", "sports" e "performance" unidos pelo operador booleano "AND", para busca por título e resumo em inglês, português e espanhol, sem filtro temporal. Foram excluídas temáticas que não abordam os objetivos deste artigo e literaturas de acesso pago. A pesquisa resultou em 26 artigos. **Resultados:** Dos artigos selecionados, 16 apresentaram resultados estatisticamente significativos sobre fadiga pós covid e desempenho esportivo. Um estudo relatou que pacientes que tiveram covid-19 grave e apresentavam sequelas agudas pós covid, sofriam de fraqueza muscular esquelética e intolerância ao exercício. Os estudos relataram em sua grande parte, que a fadiga é o sintoma mais comum pós covid, seguido de mialgia, dor de cabeça e na lombar. Um estudo comprovou que menor aptidão cardiorrespiratória, menor aptidão física e valor baixo de VO2 estavam associados com maior gravidade da doença. Um estudo relatou a piora dos sintomas da fibromialgia em pacientes pós covid. Casos críticos da doença estavam associados como um fator para baixa capacidade aeróbica. Dentre esses artigos, 6 abordavam a importância de um programa de reabilitação supervisionado, com treinamento personalizado para melhora da capacidade física, sintomas, fadiga e cognição de pacientes pós covid, sendo uma intervenção eficaz, segura e bem tolerada nesses pacientes. **Conclusão:** A doença COVID-19 parece afetar praticantes de atividades físicas principalmente com sintomas clínicos, como anosmia, ageusia, mialgia e fadiga. Sintomas persistentes, como anosmia, ageusia, tosse esporádica e mialgia, também podem estar presentes nesses atletas, sendo a fraqueza muscular e a intolerância ao exercício o principal sintoma. Em especial devido a diminuição das funções respiratórias, em decorrência da infecção prévia, a base de evidências atuais sugerem redução da capacidade de geração de força, a diminuição da ativação neural, atrofia da fibra, a necrose, a fibrose e as alterações no fluxo sanguíneo e na função metabólica. Ademais a hospitalização desses pacientes, com o uso de medicações controladas e processos mecânicos de ventilação podem aumentar o quadro de fadiga e atrofia muscular esquelética. Por fim, evidentemente, estudos futuros com abrangências maiores e de diferentes origens genéticas são necessários para desvendar completamente a assinatura molecular das alterações pulmonares e musculares esqueléticas relacionadas à Covid-19 e sua patogenicidade.

**PALAVRAS-CHAVE:** covid, desempenho, fadiga

<sup>1</sup> Universidade Federal de Goiás, bruna.alvesrb@gmail.com

<sup>2</sup> Universidade Federal de Goiás, kaio\_pontes@discente.ufg.br

<sup>3</sup> Universidade Federal de Goiás, rafaelabrantes18@hotmail.com

<sup>4</sup> Universidade Federal de Goiás, joaohenrique@discente.ufg.br

<sup>5</sup> Universidade Federal de Goiás, aylton\_albernaz@discente.ufg.br

<sup>6</sup> Universidade Federal de Goiás, gustavomedeiros@discente.ufg.br

<sup>1</sup> Universidade Federal de Goiás, bruna.alvesrb@gmail.com  
<sup>2</sup> Universidade Federal de Goiás, kaio\_pontes@discente.ufg.br  
<sup>3</sup> Universidade Federal de Goiás, rafaelabrantes18@hotmail.com  
<sup>4</sup> Universidade Federal de Goiás, joaohenrique@discente.ufg.br  
<sup>5</sup> Universidade Federal de Goiás, aylton\_albernaz@discente.ufg.br  
<sup>6</sup> Universidade Federal de Goiás, gustavomedeiros@discente.ufg.br