



## AVALIAÇÃO DO PERFIL BIOQUÍMICO RENAL E HEPÁTICO EM PRATICANTES DE MUSCULAÇÃO QUE FAZEM USO DE SUPLEMENTAÇÃO ALIMENTAR

Taísa Cristina Gris<sup>1</sup>  
Vanessa Dutra Silva<sup>2</sup>  
Andréia Machado Cardoso<sup>3</sup>

**Introdução:** A escolha por um estilo de vida mais saudável, faz com que muitas pessoas pratiquem musculação e façam uso de suplementos alimentares como uma forma de alcançar os objetivos em um breve tempo e melhorar o desempenho durante os treinos de força. Dessa forma indaga-se se é possível apresentar algum dano renal e/ou hepático, devido ao estilo de vida por eles optado. **Objetivo:** identificar se existe algum dano renal e/ou hepático em pessoas que fazem uso de suplementos alimentares e praticam musculação. **Metodologia:** participaram deste estudo 12 praticantes de musculação que fazem uso de algum tipo de suplemento alimentar residentes no município de Xaxim-SC. Foi coletada uma amostra de sangue dos participantes e eles também foram submetidos a responder um questionário contendo questões socioeconômicas e sobre seu estilo de vida, como frequência do exercício físico, alimentação e uso de suplementos alimentares. Os exames de sangue realizados foram: Aspartato aminotransferase (AST), Alanina aminotransferase (ALT), amaglutamiltransferase (GGT), Ureia e Creatinina. Essa pesquisa foi aprovada pelo comitê de ética em pesquisa da Celer Faculdades. **Resultados e Discussão:** A pesquisa foi composta por sete homens e cinco mulheres. A média de idade dos participantes foi de vinte e sete anos. Cinco estão cursando o ensino superior, quatro possuem o ensino superior completo e três possuem pós-graduação. 50% dos participantes frequentam academia cinco vezes por semana, 25% praticam atividade física durante três vezes por semana, 17% frequentam academia durante seis vezes por semana e 8% praticam atividade física durante quatro vezes na semana. Nesse estudo pode ser observado que o suplemento mais consumido entre os participantes é o *Whey Protein* combinado com termogênicos, aminoácidos, vitaminas e minerais. A razão para os participantes praticarem exercícios físicos e consumirem suplementos alimentares é a hipertrofia, condicionamento físico, qualidade de vida e emagrecimento. Com relação às análises bioquímicas apenas um participante apresentou alteração para os exames de AST e ALT, principais marcadores da função hepática. O resultado do exame de sangue desse participante para AST correspondeu a 46.4U/L sendo que o valor de referência equivale a 39 U/L e o exame de ALT correspondeu a 88.5 U/L, tendo como valor de referência 45 U/L. Este participante pode estar desenvolvendo algum tipo de lesão hepática. O participante relatou que faz uso de substâncias do tipo anabolizante, não faz uso de bebidas alcoólicas e possui uma alimentação regrada. Os demais participantes da pesquisa apresentaram os valores das dosagens enzimáticas adequados. **Conclusão:** Os dados deste estudo mostram que o uso de suplementação alimentar associada ao exercício físico não apresentou danos renais ou hepáticos. Contudo, mais estudos são necessários para melhor investigar se pode haver interferência entre o uso de suplementos combinados com outras substâncias, como, por exemplo anabolizantes hormonais, e a prática de atividade física sobre possíveis danos renais e/ou hepáticos.

**Palavras chaves:** Biomarcadores Musculação. Suplementos Alimentares. Atividade Física.

<sup>1</sup> Pós graduada em Análises Clínicas, Faculdade Dom Alberto/RS, taisagris@gmail.com

<sup>2</sup> Doutora em Química Orgânica, UFSC, vanessadutraqmc@yahoo.com.br

<sup>3</sup> Doutora em Bioquímica Toxicológica; Docente do Programa de Pós-Graduação em Ciências Biomédicas da UFFS, Campus Chapecó, andreia.cardoso@uffs.edu.br



<sup>1</sup> Pós graduada em Análises Clínicas, Faculdade Dom Alberto/RS, taisagris@gmail.com

<sup>2</sup> Doutora em Química Orgânica, UFSC, vanessadutraqmc@yahoo.com.br

<sup>3</sup> Doutora em Bioquímica Toxicológica; Docente do Programa de Pós-Graduação em Ciências Biomédicas da UFES, Campus Chapecó, andreia.cardoso@uffs.edu.br