

ANAIIS

— IV CONGRESSO BRASILEIRO —
DE SAÚDE NO ESPORTE



IV CONGRESSO BRASILEIRO
CONBRESP
— DE SAÚDE NO ESPORTE —

INTEGRANDO CIÊNCIA, SAÚDE E DESEMPENHO
POR UM ESPORTE MAIS SAUDÁVEL E SUSTENTÁVEL



SCISAUDE
— EDITORA —



ANAIIS

— IV CONGRESSO BRASILEIRO —
DE SAÚDE NO ESPORTE



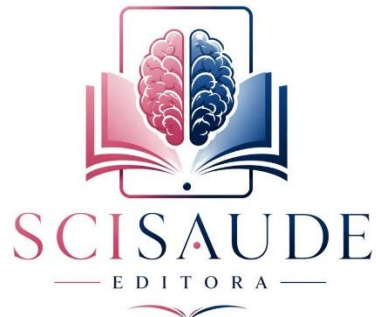
IV CONGRESSO BRASILEIRO
CONBRESP
— DE SAÚDE NO ESPORTE —

INTEGRANDO CIÊNCIA, SAÚDE E DESEMPENHO
POR UM ESPORTE MAIS SAUDÁVEL E SUSTENTÁVEL



SCISAÚDE
— EDITORA —





O conteúdo dos artigos e seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva dos autores, inclusive não representam necessariamente a posição oficial do SCISAUDE. Permitido o download da obra e o compartilhamento desde que sejam atribuídos créditos aos autores, mas sem a possibilidade de alterá-la de nenhuma forma ou utilizá-la para fins comerciais.

Todos os manuscritos foram previamente submetidos à avaliação cega pelos pares, membros do Conselho Editorial desta Editora, tendo sido aprovados para a publicação com base em critérios de neutralidade e imparcialidade acadêmica.



LICENÇA CREATIVE COMMONS

O Anais do IV CONGRESSO BRASILEIRO DE SAÚDE NO ESPORTE está licenciado com uma Licença Creative Commons Atribuição-NãoComercial-SemDerivações 4.0 Internacional. (CC BY-NC-ND 4.0). Baseado no trabalho disponível em <https://www.scisaude.com.br/catalogo/anais-de-evento-iv-conbresp/98>

2026 by SCISAUDE
Copyright © SCISAUDE
Copyright do texto © 2026 Os autores
Copyright da edição © 2026 SCISAUDE
Direitos para esta edição cedidos ao SCISAUDE pelos autores.
Open access publication by SCISAUDE



Editor chefe

Paulo Sérgio da Paz Silva Filho

Projeto gráfico

Lennara Pereira Mota

Diagramação:

Paulo Sérgio da Paz Silva Filho

Lennara Pereira Mota

Revisão:

Os Autores

**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)**

Congresso Brasileiro de Saúde no Esporte (4. : 2026 :
Teresina, PI)
Anais do IV CONBRESP [livro eletrônico] :
integrando ciência, saúde e desempenho por um esporte mais
saudável e sustentável. -- 1. ed. -- Teresina, PI : SCISAUDE,
2026.

PDF

Vários autores

Bibliografia

ISBN 978-65-85376-85-3

1. Ciências da saúde 2. Educação física 3. Esportes 4.
Medicina esportiva I. Título.

CDD-617.1027

NLM-QT-260

26-355368.0

Índices para catálogo sistemático:

1. Medicina esportiva : Ciências médicas 617.1027
Aline Grazielle Benitez - Bibliotecária - CRB-1/3129



10.56161/sci.ed.20260425



978-65-85376-85-3



SCISAUDE
— EDITORA —

EDITORA SCISAUDE
Teresina – PI – Brasil
scienceesaude@hotmail.com
www.scisaude.com.br

ORGANIZAÇÃO
EDITORA SCISAUDE

**PRESIDENTE DO IV CONGRESSO BRASILEIRO DE SAÚDE NO
ESPORTE**
LENNARA PEREIRA MOTA

**PRESIDENTE DA COMISSÃO CIENTÍFICA DO IV CONGRESSO
BRASILEIRO DE SAÚDE NO ESPORTE**
PAULO SÉRGIO DA PAZ SILVA FILHO

AVALIADORES

Antonio Alves de Fontes Junior	Isabelle de Fátima Vieira Camelo Maia
Antonio Beira de Andrade Junior	Jamile Xavier de Oliveira
Carla Fernanda Couto Rodrigues	Lennara Pereira Mota
Davi Leal Sousa	Luana Bastos Araújo
Dayane Dayse de Melo Costa	Mabliny Thuany Gonzaga Santos
Drielli Holanda da Silva	Maria Vitalina Alves de Sousa
Fabiane dos Santos Ferreira	Mariana Carolini Oliveira Faustino
Francine Castro Oliveira	Marques Leonel Rodrigues da Silva
Ana Karoline Alves da Silva	Rousilândia de Araujo Silva
Giovanna Carvalho Sousa Silva	Paulo Sérgio da Paz Silva Filho



MONITORES

Ana Vitória Carneiro

Adriano Franzoni Wagner

Bianca Mayra Paiva Tomás

Erika Campos da Silva

Fábio Silva e Silva

Francisco José Duarte da Costa

Gleiciane de Melo Costa

Isadora de Souza Rebouças

Juliana de Almeida Sousa da Conceição

Jessica Luciana dos Santos Pereira

Jonatan Tapanache

Juliana de Almeida Sousa da Conceição

Maria Daniela Silva de Souza

Vitoria Camille Sousa de Oliveira

Wellen Tayane Rodrigues Miranda



APRESENTAÇÃO DO EVENTO

Os **Anais do IV Congresso Brasileiro de Saúde no Esporte** reúnem produções científicas que refletem o avanço do conhecimento nas áreas de saúde, atividade física e desempenho esportivo, evidenciando a importância da abordagem interdisciplinar na promoção da saúde e na prevenção de agravos relacionados à prática esportiva.

Este volume contempla trabalhos submetidos e aprovados por comissão científica, incluindo artigos científicos, capítulos de livro, resumos simples e resumos expandidos, os quais abordam temáticas relevantes como fisiologia do exercício, medicina esportiva, nutrição, reabilitação, saúde pública, prevenção de lesões, além de estratégias inovadoras voltadas à promoção da qualidade de vida por meio do esporte.

O congresso consolida-se como um espaço de integração entre pesquisadores, profissionais e estudantes, incentivando a troca de experiências, a disseminação do conhecimento científico e o fortalecimento das práticas baseadas em evidências. Os estudos aqui apresentados refletem diferentes contextos e realidades, contribuindo para o desenvolvimento de políticas e intervenções mais eficazes na área da saúde no esporte.

A publicação destes anais reafirma o compromisso com a valorização da ciência, da pesquisa e da formação acadêmica, fortalecendo a produção científica nacional e ampliando o acesso ao conhecimento. Espera-se que este material sirva como fonte de consulta, inspiração e apoio para novas investigações e práticas profissionais.

Desejamos a todos uma excelente leitura.



Sumário

RESUMOS SIMPLES.....	9
ANÁLISE DO IMPACTO DA PANDEMIA POR COVID-19 NOS PROCEDIMENTOS DE IMPLANTE COCLEAR, CIRURGIAS DE IMPLANTE COCLEAR UNILATERAL E BILATERAL NO BRASIL ENTRE OS ANOS DE 2018 A 2022	10
10.56161/sci.ed.20260525R1	10
ANÁLISE QUALIDADE DE VIDA E QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO EM COLABORADORES DO TRANSPORTE DE CARGAS.....	12
10.56161/sci.ed.20260525R2	12
DOPING NO ESPORTE: A IMPORTÂNCIA DO FARMACÊUTICO NA ORIENTAÇÃO E SEGURANÇA DO ATLETA.....	14
10.56161/sci.ed.20260525R3	14
ESTRESSE, RECUPERAÇÃO E ESTADOS DE HUMOR EM CORREDORES DE RUA AMADORES NO PERÍODO PRÉ-COMPETITIVO.....	16
10.56161/sci.ed.20260525R4	16
O IMPACTO DA ANSIEDADE PRÉ-COMPETITIVA NO DESEMPENHO FÍSICO DE ATLETAS AMADORES: UMA REVISÃO NARRATIVA.....	18
10.56161/sci.ed.20260525R5	18
PRESCRIÇÃO FARMACÊUTICA DE PROBIÓTICOS NA IMUNIDADE DE ATLETAS: UMA REVISÃO DE LITERATURA SOBRE A MODULAÇÃO DA MICROBIOTA INTESTINAL	20
10.56161/sci.ed.20260525R6	20
ANÁLISE DOS RISCOS CARDIOVASCULARES ASSOCIADOS AO USO ABUSIVO DE SUBSTÂNCIAS TERMOGÊNICAS E BEBIDAS ENERGÉTICAS POR ATLETAS AMADORES¹	22
10.56161/sci.ed.20260525R7	22
ANÁLISE ELETROMIOGRÁFICA DO GLÚTEO MÉDIO EM EXERCÍCIOS: REVISÃO INTEGRATIVA.....	24
10.56161/sci.ed.20260525R8	24
PERFIL DE COMPOSIÇÃO CORPORAL DE JOGADORAS PROFISSIONAIS DE FUTSAL FEMININO EM DIFERENTES POSIÇÕES DE JOGO	26
10.56161/sci.ed.20260525R9	26
ANÁLISE DA RELAÇÃO ENTRE VIGOR E RECUPERAÇÃO EM CORREDORES DE RUA AMADORES NO PERÍODO PRÉ-COMPETITIVO	28
10.56161/sci.ed.20260525R10	28
IMPACTO DO TREINAMENTO RESISTIDO NA REDUÇÃO DOS NÍVEIS DE ANSIEDADE E ESTRESSE EM MULHERES ENTRE 30 E 50 ANOS.....	30



10.56161/sci.ed.20260525R11	30
RECUPERAÇÃO FUNCIONAL DE ATLETA DE JUDÔ NO PO DE FRATURA DE ACETÁBULO E PATELA.....	32
10.56161/sci.ed.20260525R12	32
Eixo Temático: Saúde no esporte	32
SINERGIA ENTRE SEMAGLUTIDA E EXERCÍCIO FÍSICO NA REDUÇÃO DE RISCOS CARDIOVASCULARES.....	34
10.56161/sci.ed.20260525R13	34
SUPLEMENTAÇÃO ALIMENTAR COMO ESTRATÉGIA NA PREVENÇÃO DA SARCOPENIA EM IDOSOS	36
10.56161/sci.ed.20260525R14	36
TRANSTORNOS ALIMENTARES NO BALÉ CLÁSSICO: INFLUÊNCIA DA PRESSÃO ESTÉTICA NO DESEMPENHO E NA SAÚDE.....	38
10.56161/sci.ed.20260525R15	38
IMPACTO DA NIMESULIDA NA ADAPTAÇÃO MUSCULAR E A ATUAÇÃO DO FARMACÊUTICO NA PRÁTICA	40
10.56161/sci.ed.20260525R16	40
ESTUDO BIBLIOGRÁFICO ASSOCIADO A ANÁLISE DOCUMENTAL: EFEITOS COLATERAIS RELACIONADOS A SUPLEMENTOS TERMOGÊNICOS QUE CONTÉM SINEFRINA.....	42
10.56161/sci.ed.20260525R18	42
O IMPACTO E A SEGURANÇA DO USO DE AGONISTAS DO RECEPTOR GLP-1 (TIRZEPATIDA) NO CONTROLE DE PESO EM ATLETAS E PRATICANTES DE ATIVIDADE FÍSICA	44
10.56161/sci.ed.20260525R19	44
EFEITO AGUDO DE UMA SESSÃO DE MOBILIDADE ARTICULAR SOBRE A PRESSÃO ARTERIAL AMBULATORIAL EM HOMENS HIPERTENSOS	46
10.56161/sci.ed.20260525R20	46
A IMPORTÂNCIA DO FARMACÊUTICO NA ORIENTAÇÃO SOBRE MEDICAMENTOS E SUPLEMENTOS QUE PODEM CAUSAR DOPING EM ATLETAS DE CORRIDA DE RUA	48
10.56161/sci.ed.20260525R21	48
ALTERAÇÕES DE MARCADORES BIOQUÍMICOS EM PRATICANTES DE ATIVIDADE FÍSICA E SUA INTERPRETAÇÃO CLÍNICA	50
10.56161/sci.ed.20260525R22	50
VARAL DE LEMBRANÇAS: EMOÇÕES EM MOVIMENTO NO ENVELHECIMENTO.....	52
10.56161/sci.ed.20260525R23	52



EFEITOS DA TENSÃO PRÉ COMPETIÇÃO E ESTRESSE NA PERCEPÇÃO DE RECUPERAÇÃO EM ATLETAS AMADORES DE CORRIDA DE RUA	54
10.56161/sci.ed.20260525R24	54
PROMOÇÃO DA SAÚDE POR MEIO DA CORRIDA DE RUA: RELATO DE EXPERIÊNCIA NO PROJETO PAPA-LÉGUAS.....	56
10.56161/sci.ed.20260525R25	56
IMPACTO DA PRÁTICA REGULAR DE ATIVIDADE FÍSICA NO CONTROLE DE DOENÇAS CRÔNICAS NÃO TRANSMISSÍVEIS: UMA ANÁLISE MULTIDISCIPLINAR.....	58
10.56161/sci.ed.20260525R26	58
PREVALÊNCIA DE SEDENTARISMO E FATORES ASSOCIADOS EM DIFERENTES POPULAÇÕES: IMPLICAÇÕES PARA POLÍTICAS PÚBLICAS DE PROMOÇÃO DA SAÚDE	60
10.56161/sci.ed.20260525R27	60
IMPACTO DA ANSIEDADE PRÉ-COMPETITIVA NO DESEMPENHO ESPORTIVO DE ATLETAS AMADORES E SUAS IMPLICAÇÕES PARA A SAÚDE MENTAL E FÍSICA	62
10.56161/sci.ed.20260525R28	62



RESUMOS SIMPLES



ANÁLISE DO IMPACTO DA PANDEMIA POR COVID-19 NOS PROCEDIMENTOS DE IMPLANTE COCLEAR, CIRURGIAS DE IMPLANTE COCLEAR UNILATERAL E BILATERAL NO BRASIL ENTRE OS ANOS DE 2018 A 2022

 [10.56161/sci.ed.20260525R1](https://doi.org/10.56161/sci.ed.20260525R1)

¹Autor: Pedro Sérgio Barcelos de Brito; ² Orientador: Igor Stelmastchuk Nogari

¹ Universidade Federal Mato Grosso, Mato Grosso, Brasil; ² Universidade Federal Mato Grosso, Mato Grosso, Brasil

Eixo Temático: Temas livres

Introdução: O artigo apresentado analisa o impacto da pandemia por COVID-19 nos procedimentos de implante coclear, abrangendo cirurgias realizadas pelo Sistema Único de Saúde (SUS) no Brasil entre 2018 e 2022. O estudo visa examinar o quantitativo de procedimentos. A pesquisa revela uma notável oscilação dos números de internações com influência também da crise sanitária. **Objetivo:** Analisar o quantitativo de procedimentos para implante coclear, unilateral e bilateral realizados pelo Sistema Único de Saúde (SUS) no Brasil, entre 2018 a 2022, avaliando o impacto da pandemia de COVID-19. **Metodologia:** Estudo descritivo transversal, baseado na quantidade de internações por ano segundo Região/Unidade da federação por implante coclear e cirurgia de implante coclear unilateral e bilateral, de 2018-2022. A pesquisa foi realizada através das Informações de Saúde (TABNET), com o Sistema de Informações Hospitalares do SUS (SIH/SUS), pela plataforma do Departamento de Informática do Sistema Único de Saúde (DATASUS). **Resultado:** Segundo o DATASUS, no Brasil, houve um total de 3850 internações no SUS para implante coclear, unilateral e bilateral entre 2018-2022. Houve uma queda no contexto nacional na quantidade de cirurgias para implante coclear nos anos de 2020 (527) comparado a 2018 (902) e 2019 (894), aumentando em 2021 (753) e 2022 (774). O mesmo padrão de queda e crescimento foi observado a nível regional, sendo contabilizado na região centro oeste os seguintes números: 2018 (43), 2019 (36), 2020 (10), 2021 (37) e 2022 (57). **Discussão:** A perda auditiva representa um relevante desafio social, econômico e de saúde pública no Brasil, afetando um considerável número de indivíduos. Nesse contexto, próteses auditivas e implantes cocleares emergem como fundamentais paliativos para aqueles com deficiência auditiva, sendo os implantes cocleares a única opção viável em casos severos e profundos. Diante disso, a perda de sensibilidade auditiva pode ser causada por inconformidades em diferentes componentes do sistema auditivo e pode ter um padrão irregular ao longo do espectro de frequências audíveis e a avaliação do grau de perda auditiva e sua distribuição na frequência são realizadas através do teste denominado de audiometria. Nesse sentido, a função essencial do implante coclear é estimular eletricamente as fibras nervosas do nervo auditivo ao longo da cóclea, possibilitando sensações interpretáveis pelo cérebro como audição. Contudo, a pandemia da COVID-19 trouxe desafios significativos para a continuidade desse serviço. Durante a crise sanitária, houve uma notável queda no número de cirurgias de implantes cocleares realizadas no Brasil. As restrições impostas pela pandemia, incluindo o fechamento temporário de unidades de saúde, redirecionamento de recursos para o combate à COVID-19 e o receio dos pacientes em buscar atendimento presencial, contribuíram para essa redução. **Conclusão:** Conclui-se que a pandemia da COVID-





19 impactou diretamente a realização de procedimentos de implante coclear no Brasil, evidenciado pela queda expressiva no número de internações cirúrgicas no ano de 2020. Contudo, os dados referentes a 2021 e 2022 demonstram uma recuperação quantitativa gradual, refletindo a capacidade de retomada da assistência à saúde auditiva de alta complexidade pelo SUS após o período de maiores restrições e realocação de recursos da crise sanitária.

Palavras-chave: implante coclear; otorrinolaringologia; cirurgia.

REFERÊNCIAS

TEFILI, D. et al. Implantes cocleares: aspectos tecnológicos e papel socioeconômico. Revista Brasileira de Engenharia Biomédica, v. 29, n. 4, p. 414–433, 2013.



ANÁLISE QUALIDADE DE VIDA E QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO EM COLABORADORES DO TRANSPORTE DE CARGAS

doi[®] 10.56161/sci.ed.20260525R2

¹Thaiany Cristine Sanguini; ²Antônio Carlos de Francisco; ³Luciana da Silva Lirani

¹ Universidade Estadual do Norte do Paraná – UENP, ² Universidade Tecnológica Federal do Paraná - UTFPR – ³ Universidade Estadual do Norte do Paraná – UENP

Eixo Temático: Temas Livres

INTRODUÇÃO: A qualidade de vida (QV) está diretamente relacionada à satisfação com o trabalho e a fatores inerentes à atividade ocupacional, os quais influenciam a qualidade de vida no trabalho (QVT). Nas organizações contemporâneas, a promoção da QVT tem se consolidado como estratégia relevante para a saúde e o desempenho dos colaboradores. Nesse contexto, investigar esses constructos em ambientes laborais com elevada demanda física e operacional, como o setor logístico, torna-se fundamental. **OBJETIVO:** Avaliar os níveis de QV e QVT de colaboradores de uma empresa logística de transporte de cargas pesadas, bem como identificar aspectos prioritários para intervenção. **METODOLOGIA:** Estudo de caráter descritivo, com abordagem quantitativa, realizado com 180 colaboradores de diferentes unidades operacionais. A coleta de dados ocorreu em fevereiro e março de 2018, nas cidades de Carambeí-PR, Patos de Minas-MG e Montes Claros-MG. Utilizou-se um instrumento estruturado contemplando dimensões físicas, psicológicas, sociais e ambientais da QV e QVT, com respostas em escala de 0 a 100. Foram realizadas análises descritivas e correlações simples e multivariadas. Unidades com número reduzido de respondentes ($n < 30$) foram agrupadas para análise. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** Observou-se predominância de níveis satisfatórios de QV e QVT. Os maiores escores foram identificados nos domínios dependência de medicação ou tratamentos (85,42), mobilidade (81,22) e autoestima (81,35), indicando adequada percepção de saúde física e bem-estar psicológico. Em contrapartida, os menores escores foram observados nos domínios recursos financeiros (47,78) e recreação e lazer (45,99), classificados como insatisfatórios. O índice geral de QVT foi de 74,59 e o de QV de 69,88, ambos enquadrados como satisfatórios. Apesar dos resultados positivos em aspectos físicos e psicológicos, as limitações relacionadas aos recursos financeiros e ao acesso ao lazer evidenciam fatores que podem comprometer o bem-estar global e a produtividade. Esses achados reforçam a importância de estratégias institucionais voltadas à promoção da saúde, incluindo incentivo à prática de atividades físicas e ações que favoreçam o equilíbrio entre trabalho e lazer. **CONCLUSÃO:** Os colaboradores apresentam níveis satisfatórios de QV e QVT, contudo, aspectos relacionados às condições financeiras e às oportunidades de lazer demandam atenção. A partir dos achados, sugere-se a implementação de programas de





educação financeira e de promoção de atividades recreativas e esportivas no ambiente de trabalho, como estratégias potenciais para favorecer o bem-estar e a QV dos colaboradores.

Palavras-chave: Qualidade de Vida, Qualidade de Vida no Trabalho, Atividade Física

REFERÊNCIAS

CAMPOS, J. F. Qualidade de vida no trabalho: um estudo em organizações brasileiras. São Paulo: Atlas, 2008.

FERNANDES, E. C. Qualidade de vida no trabalho: como medir para melhorar. Salvador: Casa da Qualidade, 1996.

FLECK, M. P. A. et al. Aplicação da versão em português do instrumento abreviado de avaliação da qualidade de vida “WHOQOL-bref”. Rev. Saúde Pública, São Paulo, v. 34, n. 2, p. 178-183, 2000.

NAHAS, M. V. Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo. 7. ed. Londrina: Midiograf, 2017.

SILVA, R. S.; SOUSA, A. C.; LOBO, M. A. Qualidade de vida no trabalho: desafios e perspectivas nas organizações contemporâneas. Rev. Gestão e Saúde, Brasília, v. 15, n. 1, p. 45-58, 2024.

VASCONCELOS, A. F. Qualidade de vida no trabalho: origem, evolução e perspectivas. Cad. Pesqui. Adm., São Paulo, v. 12, n. 3, p. 25-39, 2001.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. WHOQOL: measuring quality of life. Geneva: WHO, 1997.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Mental health at work: policy brief. Geneva: WHO, 2020.



DOPING NO ESPORTE: A IMPORTÂNCIA DO FARMACÊUTICO NA ORIENTAÇÃO E SEGURANÇA DO ATLETA

 10.56161/sci.ed.20260525R3

¹ Débora da Silva Leite; ² Rayanne Manuella da Silva; ³ Rafael de Araújo Freire

¹ Centro Universitário Mauricio de Nassau Caruaru, Pernambuco, Brasil; ² Centro Universitário Mauricio de Nassau Caruaru, Pernambuco, Brasil; ³ Centro Universitário Mauricio de Nassau Caruaru, Pernambuco, Brasil

Eixo Temático: Saúde no esporte

O farmacêutico é um profissional que tem ganhado destaque no cenário esportivo por sua capacidade de avaliar o uso de medicamentos, identificar substâncias proibidas e orientar sobre riscos toxicológicos. Nesse contexto, o farmacêutico tem um papel fundamental na prevenção do doping, pois a busca por resultados superiores tem levado muitos atletas ao uso de substâncias proibidas ou métodos antiéticos destinados a melhorar artificialmente o seu desempenho esportivo, sendo esse um problema que pode comprometer a integridade das competições, a saúde e a reputação do atleta. A World Anti-Doping Agency é responsável por coordenar políticas de antidoping em âmbito internacional, atualizando anualmente a lista de substâncias proibidas. Entre as substâncias mais utilizadas, é possível destacar esteroides anabolizantes, hormônios peptídicos, estimulantes, diuréticos e agentes mascarantes. Além do doping intencional, um problema crescente é o doping não intencional, que está associado ao uso de suplementos contaminados ou medicamentos utilizados sem orientação adequada. O esporte de alto rendimento exige uma equipe multidisciplinar; dentro dessa realidade, o farmacêutico é uma figura essencial, contribuindo não apenas para a prevenção do doping, mas também garantindo a segurança, a ética, a integridade das práticas esportivas, a saúde e o bem-estar do atleta. Com os objetivos de analisar a importância da atuação do farmacêutico na orientação e prevenção do doping no esporte, avaliar o papel do farmacêutico na orientação sobre medicamentos e suplementos utilizados por atletas e discutir a ocorrência de doping intencional e não intencional associada ao uso de suplementos contaminados, este estudo consiste em uma revisão narrativa da literatura, realizada a partir de pesquisas nas bases PubMed, ScienceDirect, Google Scholar e SciELO. Inicialmente, foram selecionados 15 artigos, dos quais 8 foram incluídos no banco de dados final, sendo eles publicados entre 2021 e 2025, sobre doping no esporte e atuação do farmacêutico. O doping no esporte permanece sendo um desafio ativo na sociedade, especialmente em relação ao uso incorreto de medicamentos e suplementos por atletas. A falta de informação e de orientação por profissionais qualificados contribui para casos de doping não intencional, elevando o risco de ingestão de substâncias proibidas, que podem causar efeitos negativos à saúde e danos à carreira do atleta. Nesse cenário, o papel do farmacêutico se faz essencial e, apesar da importância do profissional farmacêutico, sua atuação ainda enfrenta desafios, como a ausência desse profissional em



equipes multidisciplinares esportivas e a falta de regulamentação específica em alguns aspectos, contribuindo para o uso indevido e irracional de substâncias. Além disso, esse profissional ajuda a conscientizar os atletas sobre os riscos da automedicação, analisa a composição dos suplementos e fornece orientações sobre o uso seguro e racional de medicamentos e suplementos. Dessa forma, o farmacêutico tem um papel fundamental na prevenção do doping, na redução de riscos e na promoção de um desempenho esportivo saudável e ético

Palavras-chave: Farmacêutico, Doping, Esporte

REFERÊNCIAS

CELESTINO, B. E. S.; RINALDI NETO, S.; ANDRADE, L. G. A relevância do farmacêutico no esporte em relação ao doping: um papel fundamental para prevenção. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, [S. l.], v. 10, n. 10, p. 2835-2848, 2024.

FERREIRA GOMES, J.; DE ANDRADE REIS MOTA, A. O papel do farmacêutico na toxicologia desportiva. *RECIMA21 - Revista Científica Multidisciplinar*, [S. l.], v. 4, n. 6, p. e463266, 2023.

GREENBAUM, D. H. et al. Pharmacists supporting athletes: a scoping review exploring the knowledge, role and responsibilities of pharmacists in preventing the unintentional use of prohibited substances by athletes. *International Journal of Pharmacy Practice*, Oxford, v. 30, n. 4, p. 290-300, 2022.

NAUGHTON, M.; SALMON, P. Decoding unintentional doping: a complex systems analysis of supplement use in sport. *Performance Enhancement & Health*, 2024.



ESTRESSE, RECUPERAÇÃO E ESTADOS DE HUMOR EM CORREDORES DE RUA AMADORES NO PERÍODO PRÉ-COMPETITIVO

doi[®] 10.56161/sci.ed.20260525R4

¹ Bruna Elsie Matsunaga; ² Kailane Rodrigues Garcia Poletto; ³ Cleverton Rodrigues Junior; ⁴ João Lucas Adelmar de Freitas; ⁵ João Paulo de Farias; ⁶ Rui Gonçalves Marques Elias

¹ Universidade Estadual do Norte do Paraná – UENP, Paraná, Brasil; ² Universidade Estadual do Norte do Paraná – UENP, Paraná, Brasil; ³ Universidade Estadual do Norte do Paraná – UENP, Paraná, Brasil; ⁴ Universidade Estadual do Norte do Paraná – UENP, Paraná, Brasil; ⁵ Universidade Estadual do Norte do Paraná – UENP, Paraná, Brasil; ⁶ Universidade Estadual do Norte do Paraná – UENP, Paraná, Brasil

Eixo Temático: Saúde no esporte

INTRODUÇÃO: A corrida de rua tem apresentado crescimento significativo nas últimas décadas, tornando-se uma das modalidades esportivas mais praticadas no Brasil e no mundo. Paralelamente ao aumento da participação em eventos esportivos, cresce também a necessidade de compreender fatores fisiológicos e psicológicos relacionados ao treinamento e à preparação para competições. Entre esses fatores, destacam-se os níveis de estresse, os processos de recuperação e os estados de humor, que podem influenciar diretamente o desempenho esportivo, a saúde e o bem-estar dos praticantes. O monitoramento dessas variáveis tem sido amplamente utilizado na área da psicologia do esporte como estratégia para avaliar o equilíbrio entre as demandas impostas pelo treinamento e a capacidade de recuperação dos atletas. **OBJETIVO:** Analisar os níveis de estresse, recuperação e estados de humor em corredores de rua amadores durante o período pré-competitivo. **MÉTODOS:** Trata-se de um estudo descritivo com abordagem quantitativa. A amostra foi composta por 30 corredores amadores, sendo 17 homens (56,7%) e 13 mulheres (43,3%), com idade média de 38,10 anos. Os participantes eram residentes em cidades do Norte Pioneiro do Paraná e da divisa com São Paulo, com destaque para Jacarezinho (30%). A maioria relatou mais de cinco anos de prática (33,3%) e frequência de treino de três a quatro vezes por semana (66,6%). A coleta foi realizada por formulário eletrônico. Para avaliação do estresse e recuperação utilizou-se o Recovery-Stress Questionnaire for Athletes (RESTQ-Sport) e, para estados de humor, o Profile of Mood States (POMS). Os dados foram analisados por estatística descritiva e correlação, a normalidade dos dados foi verificada pelo teste de Shapiro-Wilk e a homogeneidade das variâncias pelo teste de Levene. **RESULTADOS:** Os resultados indicaram níveis moderados de estresse geral (mediana = 20,5) e elevada percepção de recuperação geral (mediana = 72,5) entre os participantes. No domínio esportivo, observou-se baixa percepção de estresse esportivo (mediana = 9,0) e níveis satisfatórios de recuperação esportiva (mediana = 21,5). Em relação aos estados de humor avaliados, verificou-se predominância da dimensão vigor (mediana = 11,0) e baixos escores nas dimensões negativas, configurando o clássico perfil de iceberg, frequentemente associado ao bem-estar psicológico e à prontidão para o desempenho. Foram identificadas correlações positivas entre tensão e estresse geral/esportivo, bem como entre vigor e recuperação geral/esportiva. Além disso, observou-se relação inversa entre estresse geral e





recuperação geral, sendo o estresse cotidiano responsável por explicar 35,3% da variação na percepção de recuperação. Na comparação entre sexos, as mulheres apresentaram tendência a maior estresse geral (mediana = 27,0) em comparação aos homens (mediana = 18,0), embora sem diferença estatisticamente significativa ($p = 0,059$). **CONCLUSÃO:** Os corredores de rua amadores avaliados apresentaram perfil psicológico equilibrado no período pré-competitivo, caracterizado por níveis moderados de estresse, boa percepção de recuperação e predominância de estados de humor positivos. Os achados indicam que, além das demandas esportivas, fatores relacionados ao estresse cotidiano exercem influência importante na percepção de recuperação. Dessa forma, o monitoramento de variáveis psicofisiológicas por meio de instrumentos como o RESTQ-Sport e o POMS-BR pode contribuir e auxiliar treinadores e atletas para o planejamento adequado do treinamento. Os resultados destacam a importância do monitoramento psicológico no contexto do treinamento esportivo, contribuindo para estratégias que favoreçam o equilíbrio entre carga de treinamento e recuperação, além da promoção da saúde e do desempenho em praticantes de corrida de rua.

Palavras-chave: corrida de rua, estresse, recuperação, estados de humor, psicologia do esporte.

REFERÊNCIAS

- ACSM. **ACSM's guidelines for exercise testing and prescription**. 11. ed. Philadelphia: Wolters Kluwer, 2021.
- KELLMANN, M.; KALLUS, K. W. **Recovery-stress questionnaire for athletes: user manual**. Champaign: Human Kinetics, 2001.
- MORGAN, W. P. Test of champions: the iceberg profile. **Psychology Today**, New York, v. 14, p. 92–108, 1980.
- SAMULSKI, D. M. **Psicologia do esporte: conceitos e aplicações**. 2. ed. Barueri: Manole, 2009.
- WEINBERG, R. S.; GOULD, D. **Foundations of sport and exercise psychology**. 7. ed. Champaign: Human Kinetics, 2019.
- ROHLFS, I. C. P. M. et al. Aplicação do Profile of Mood States (POMS) em atletas brasileiros. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, São Paulo, v. 14, n. 2, p. 176–181, 2008.



O IMPACTO DA ANSIEDADE PRÉ-COMPETITIVA NO DESEMPENHO FÍSICO DE ATLETAS AMADORES: UMA REVISÃO NARRATIVA

doi[®] 10.56161/sci.ed.20260525R5

¹Pedro Sérgio Barcelos de Brito; ²Igor Stelmastchuk Nogari

¹ Universidade Federal Mato Grosso, Mato Grosso, Brasil; ² Universidade Federal Mato Grosso, Mato Grosso, Brasil

Eixo temático: Saúde no esporte

INTRODUÇÃO: A ansiedade pré-competitiva é uma resposta psicofisiológica complexa que afeta diretamente o rendimento e a integridade física de praticantes de esportes. No contexto de atletas amadores que frequentemente não dispõem de acompanhamento multidisciplinar contínuo, os altos níveis de estresse podem se manifestar de forma somática e neuroendócrina, comprometendo a execução biomecânica, a recuperação muscular e elevando o risco de lesões. Compreender a intersecção entre a saúde mental e a fisiologia do exercício é fundamental para o desenvolvimento de intervenções preventivas mais eficazes na prática clínica e esportiva. A relevância desta pesquisa reside em mapear como o manejo da ansiedade atua como um pilar indispensável para a otimização da performance e para a preservação da saúde global do atleta.

OBJETIVO: Analisar as evidências científicas disponíveis sobre como a ansiedade pré-competitiva afeta o rendimento físico, a recuperação muscular e as adaptações fisiológicas em atletas amadores, identificando os principais fatores de risco para lesões esportivas.

MÉTODOS: Trata-se de uma revisão narrativa da literatura. A pesquisa foi conduzida nas bases de dados PubMed, SciELO e LILACS, utilizando descritores relacionados à ansiedade de desempenho, fadiga muscular e medicina esportiva. A seleção do referencial teórico priorizou artigos e revisões, nos idiomas português e inglês, publicados nos últimos cinco anos, que abordassem as respostas neuroendócrinas e biomecânicas ao estresse pré-competitivo. A partir da leitura crítica do material levantado, realizou-se uma síntese qualitativa do tema para fundamentar a discussão.

RESULTADOS: A análise da literatura demonstrou que níveis elevados de ansiedade pré-competitiva afetam diretamente a biomecânica e a fisiopatologia do exercício em atletas amadores. Observou-se que o estresse psicológico agudo desencadeia uma hiperativação do sistema nervoso simpático, resultando na liberação excessiva de cortisol e catecolaminas. Esse desbalanço neuroendócrino promove o aumento da tensão muscular basal e a redução da coordenação motora fina, fatores que alteram os padrões de movimento ideais e elevam o gasto energético. Consequentemente, os achados apontam para a instalação de fadiga muscular precoce durante a prática esportiva. Além disso, a literatura evidencia que a rigidez muscular induzida pela ansiedade de desempenho atua como um dos principais preditores para a ocorrência de lesões musculoesqueléticas, como estiramentos e entorses. Constatou-se também que os praticantes amadores apresentam maior vulnerabilidade a esses efeitos deletérios devido, em grande parte, à ausência de protocolos de recuperação integrados e de suporte psicológico contínuo.

CONCLUSÃO: Conclui-se que a ansiedade pré-competitiva impacta negativamente o desempenho físico e as adaptações fisiológicas de atletas amadores, atuando como um fator de risco significativo para o desenvolvimento de fadiga precoce e lesões musculoesqueléticas. As implicações teórico-práticas deste estudo evidenciam a necessidade





de uma abordagem médica e esportiva mais integrativa. A implementação de estratégias voltadas ao manejo do estresse neuroendócrino e à otimização da recuperação muscular mostra-se essencial não apenas para a maximização da performance e da hipertrofia, mas, sobretudo, para a preservação da saúde ortopédica e do bem-estar global do praticante a longo prazo.

PALAVRAS-CHAVE: Ansiedade de Desempenho, Fisiologia do Exercício, Medicina Esportiva, Prevenção de Lesões, Fadiga Muscular.

REFERÊNCIAS

ANDREOLI, M. A.; OLIVEIRA, T. C.; FONTELES, D. S. R. Um panorama das intervenções comportamentais para tratar estresse e ansiedade em atletas: revisão bibliográfica. *Cadernos de Pós-Graduação e Distúrbios do Desenvolvimento*, São Paulo, v. 20, n. 1, p. 85-115, 2020.

DAL'MAZ, G. et al. Ansiedade pré-competitiva e desempenho percebido em atletas de Futsal: efeito do local de jogo. *Psicologia Argumento*, Curitiba, v. 39, n. 107, p. 1124-1136, 2021.

GOMES, A. P. et al. Ansiedade pré-competitiva e desempenho esportivo em jovens nadadores. *Caderno de Educação Física e Esporte*, Cascavel, v. 22, p. 1-14, 2024.

PALUDO, A. C. et al. Relação entre ansiedade competitiva, autoconfiança e desempenho esportivo: uma revisão ampla da literatura. *Psicologia Argumento*, Curitiba, v. 34, n. 85, 2017.

SANTANA, J. G. Efeitos da ansiedade pré-competitiva no desempenho de atletas de voleibol. 2023. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Educação Física) – Universidade Federal de Pernambuco, Recife, 2023.

SILVA, D. E. A.; SOUZA, M. H. N.; CARVALHO, R. P. Influência da ansiedade pré-competitiva no desempenho de atletas de taekwondo: uma revisão narrativa. 2021. 22 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física) – Centro Universitário Brasileiro, Recife, 2021.



PRESCRIÇÃO FARMACÊUTICA DE PROBIÓTICOS NA IMUNIDADE DE ATLETAS: UMA REVISÃO DE LITERATURA SOBRE A MODULAÇÃO DA MICROBIOTA INTESTINAL

doi[®] 10.56161/sci.ed.20260525R6

¹ Maria de Fatima de Oliveira; ² Gislaiddsa Gonçalves de Araújo; ³ Uisiane Silva Amarante; ⁴ Emanuele Vasti de Melo Marques; ⁵ Maria Eduarda da Silva; ⁶ Iasmin Medeiros de Almeida; ⁷ Rafael de Araújo Freire.

¹ Graduanda em Farmácia no Centro Universitário Maurício de Nassau - Nassau - Caruaru, Pernambuco, Brasil; ² Graduanda em Farmácia no Centro Universitário Maurício de Nassau - Nassau - Caruaru, Pernambuco, Brasil; ³ Graduanda em Farmácia no Centro Universitário Maurício de Nassau - Nassau - Caruaru, Pernambuco, Brasil; ⁴ Graduanda em Farmácia no Centro Universitário Maurício de Nassau - Nassau - Caruaru, Pernambuco, Brasil; ⁵ Graduanda em Farmácia no Centro Universitário Maurício de Nassau - Nassau - Caruaru, Pernambuco, Brasil; ⁶ Graduanda em Farmácia no Centro Universitário Maurício de Nassau - Nassau - Caruaru, Pernambuco, Brasil. ⁷ Docente em Farmácia no Centro Universitário Maurício de Nassau - Nassau - Caruaru, Pernambuco, Brasil.

Eixo Temático: Saúde no Esporte.

INTRODUÇÃO: A suplementação com probióticos vem sendo estudada como uma estratégia complementar para atletas, principalmente pelo seu papel na modulação da microbiota intestinal e possível influência sobre o sistema imunológico. Sabe-se que exercícios físicos intensos e prolongados podem causar uma queda temporária da imunidade, aumentando a suscetibilidade a infecções, especialmente do trato respiratório superior, além de favorecer o aparecimento de sintomas gastrointestinais. Nesse contexto, a microbiota intestinal ganha destaque, já que está diretamente relacionada à regulação da resposta imune e à integridade da barreira intestinal. Assim, probióticos, principalmente dos gêneros *Lactobacillus* e *Bifidobacterium*, têm sido utilizados por seus possíveis efeitos na modulação inflamatória e na melhora da saúde intestinal. Mesmo com esses achados, ainda não há consenso sobre quais cepas, doses e tempo de uso são mais adequados, devido à variabilidade entre os estudos. **OBJETIVO:** Investigar a relação entre a microbiota intestinal e a melhora da imunidade de atletas por meio da prescrição farmacêutica de probióticos. **MÉTODOS:** Este estudo foi conduzido como uma revisão de literatura, com pesquisa bibliográfica realizada entre os anos de 2011 e 2022. As bases de dados PubMed, SciELO, LILACS e Google Acadêmico foram consultadas, a fim de abranger publicações relevantes sobre o tema. O objetivo foi traçar um panorama da atuação do farmacêutico no cuidado ao atleta, com foco na melhora da imunidade por meio do uso de probióticos. **RESULTADOS:** Trata-se de uma revisão de literatura baseada em estudos publicados entre 2011 e 2022, incluindo ensaios clínicos e revisões com atletas e indivíduos fisicamente ativos. De modo geral, os estudos indicam que a suplementação com probióticos pode contribuir para a melhora da resposta imunológica, com redução de mediadores inflamatórios e menor incidência de infecções do trato respiratório superior. Também foram observados benefícios na saúde gastrointestinal, com diminuição de sintomas como desconforto abdominal e alterações intestinais. Alguns estudos apontam





possíveis efeitos positivos na recuperação e adaptação ao exercício, como observado com o uso de *Lactobacillus plantarum*. No entanto, os resultados relacionados ao desempenho esportivo ainda são inconsistentes, sem evidências claras de melhora significativa. A variabilidade entre os estudos dificulta a comparação dos achados. **CONCLUSÃO:** O farmacêutico desempenha papel importante na orientação do uso de probióticos, especialmente na seleção de cepas, definição da dose (em UFC) e tempo de utilização, considerando as características individuais e a modalidade esportiva. A modulação da microbiota intestinal está relacionada à resposta imunológica e à manutenção da integridade da barreira intestinal, podendo contribuir para a redução de processos inflamatórios e de sintomas associados ao exercício. Dessa forma, a intervenção farmacêutica não se limita ao alívio de sintomas, mas também ao suporte à saúde intestinal e imunológica. No entanto, os efeitos sobre o desempenho esportivo ainda não são conclusivos, sendo necessária uma abordagem individualizada e baseada em evidências científicas.

Palavras-chave: Atenção Farmacêutica, Esporte, Imunidade Humoral.

REFERÊNCIAS

AMÂNCIO, Lívia Carolina et al. Uso de probióticos em desportistas e atletas: uma revisão sistemática. In: **Educação Física e Esportes: pesquisa e práticas contemporâneas**. Fortaleza: Editora Científica Digital, 2021. p. 149–158. Disponível em: <https://downloads.editoracientifica.com.br/articles/210303780.pdf> Acesso em: 9 abr. 2026.

GODOY, G. S. S.; NUNES, M. C.; BERNARDINO, T. Q.; VIEBIG, R. F. Potenciais benefícios do uso de probióticos para atletas. **RBPfEX - Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício**, São Paulo, v. 14, n. 94, p. 1024–1032, 2020. Disponível em: <https://www.rbpfex.com.br/index.php/rbpfex/article/view/2294> Acesso em: 9 abr. 2026.

LIU, Gang; ZHUANG, Hongbo. Probiotic supplements for endurance exercise performance and immune function. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, São Paulo, v. 28, n. 2, p. 99–104, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbme/a/Py7fbwL9vyYrsTBn7hZnvHx/abstract/?lang=pt> Acesso em: 9 abr. 2026.

SANTOS, M. A. et al. Efeitos dos probióticos em triatletas: revisão integrativa. **RBNE - Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, São Paulo, v. 17, n. 106, p. 790–799, 2022. Disponível em: <https://www.rbne.com.br/index.php/rbne/article/view/1990> Acesso em: 9 abr. 2026.



ANÁLISE DOS RISCOS CARDIOVASCULARES ASSOCIADOS AO USO ABUSIVO DE SUBSTÂNCIAS TERMOGÊNICAS E BEBIDAS ENERGÉTICAS POR ATLETAS AMADORES¹

doi[®] 10.56161/sci.ed.20260525R7

¹Thellysson Farias De Oliveira; ² Danielle Cristina Barros Catarino; ³ Vanda Eulália Vieira; ⁴ Agenor da Costa Neto Quaresma.

¹ Universidade da Amazônia, Belém, Brasil; ² Universidade da Amazônia, Belém, Brasil; ³ Universidade da Amazônia, Belém, Brasil; ⁴ Universidade da Amazônia, Belém, Brasil.

Eixo Temático: Saúde no Esporte

INTRODUÇÃO: O consumo de suplementos termogênicos e bebidas energéticas tem crescido de forma expressiva entre praticantes de atividades físicas amadoras, impulsionado principalmente pela busca por melhora rápida do desempenho físico, aumento do gasto energético e redução de gordura corporal. Esses produtos são amplamente comercializados e, muitas vezes, utilizados sem orientação profissional, o que pode representar riscos à saúde. Sua composição inclui substâncias estimulantes como cafeína, taurina e sinefrina, que atuam diretamente no sistema nervoso central e no sistema cardiovascular. A literatura aponta que o uso excessivo dessas substâncias pode desencadear alterações fisiológicas importantes, como aumento da frequência cardíaca, elevação da pressão arterial e alterações no ritmo cardíaco, tornando relevante a investigação dos impactos associados ao seu consumo em indivíduos fisicamente ativos. **OBJETIVO:** Analisar os principais riscos cardiovasculares associados ao uso abusivo de substâncias termogênicas e bebidas energéticas em atletas amadores. **MÉTODOS:** Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, realizada por meio de buscas em bases de dados científicas, como PubMed e latindex. Foram incluídos artigos publicados nos últimos 7 anos, sendo nos idiomas português e inglês, utilizando os descritores “termogênicos”, “bebidas energéticas”, “risco cardiovascular”, “farmacológico” e “exercício físico”. Como critérios de inclusão, selecionaram-se estudos que abordassem diretamente os efeitos cardiovasculares dessas substâncias em indivíduos fisicamente ativos. Foram excluídos estudos duplicados, artigos sem rigor metodológico e aqueles que não apresentavam relação direta com o tema proposto. A análise dos dados foi realizada de forma qualitativa, buscando identificar padrões e associações relevantes descritas na literatura. **RESULTADOS:** Os achados indicam que o consumo excessivo de substâncias estimulantes está associado a alterações significativas no sistema cardiovascular, incluindo aumento da frequência cardíaca, elevação da pressão arterial e maior predisposição a arritmias. Observou-se que a ingestão combinada de diferentes compostos potencializa os efeitos adversos, especialmente em situações de esforço físico intenso. Além disso, foram identificadas alterações eletrocardiográficas em indivíduos que fazem uso frequente de bebidas energéticas, sugerindo risco aumentado para eventos cardiovasculares. A associação entre exercício físico de alta intensidade e o uso dessas substâncias contribui para maior sobrecarga cardíaca, podendo agravar quadros subclínicos previamente existentes. **CONCLUSÃO:** O uso abusivo de substâncias termogênicas e bebidas energéticas representa um importante fator de risco para alterações cardiovasculares em atletas amadores. Os resultados evidenciam a necessidade de maior conscientização sobre os riscos associados ao consumo indiscriminado desses produtos, bem como a importância da orientação por profissionais de saúde. Destaca-se ainda a relevância de estratégias educativas e regulatórias que promovam o uso seguro dessas substâncias,





contribuindo para a prevenção de eventos adversos e para a promoção da saúde no contexto esportivo.

Palavras-chave: Termogênicos¹, bebidas energéticas², risco cardiovascular³.

REFERÊNCIAS

SHAH, Sachin A. et al. Impact of high volume energy drink consumption on electrocardiographic and blood pressure parameters: a randomized trial. **Journal of the American Heart Association**, [s. l.], v. 8, n. 11, e011318, 2019. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31137991/>. Acesso em: 22 mar. 2026.

GUALBERTO, Pedro I. B. et al. Acute effects of energy drink consumption on cardiovascular parameters in healthy adults: a systematic review and meta-analysis of randomized clinical trials. **Nutrition Reviews**, [s. l.], v. 82, n. 8, p. 1028–1045, 2024. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38228408/>. Acesso em: 22 mar. 2026.

JIMÉNEZ, Sergio L. et al. Effect of caffeine on the cardiovascular system and performance: a systematic review. **Nutrients**, [s. l.], v. 13, n. 9, p. 2944, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.3390/nu13092944>. Acesso em: 22 mar. 2026.



ANÁLISE ELETROMIOGRÁFICA DO GLÚTEO MÉDIO EM EXERCÍCIOS: REVISÃO INTEGRATIVA

doi[®] 10.56161/sci.ed.20260525R8

¹ Aline de Jesus Vieira; ¹ Jean Claude Lafetá; ¹ Hellen Veloso Rocha Marinho

¹ Universidade Estadual Montes Claros – Unimontes

Eixo Temático: Saúde no Esporte

INTRODUÇÃO: O glúteo médio tem sido considerado um músculo chave na estabilização do quadril, sendo ativo em vários movimentos. **OBJETIVO:** Revisar achados sobre a análise eletromiográfica do glúteo médio em exercícios físicos. **MÉTODOS:** Trata-se de uma revisão integrativa, que reuniu artigos científicos da base de dados *PubMed*. Os critérios de inclusão foram: abordar a análise da atividade eletromiográfica do glúteo médio em exercícios em adultos saudáveis, de ambos os sexos, sem restrição de data, no idioma inglês, podendo ter objetivos distintos e analisar outros músculos, porém todos deveriam abordar aspectos relacionados aos efeitos em variações de exercícios na atividade eletromiográfica do glúteo médio. Foram excluídos estudos que apresentavam amostra composta por crianças, adolescentes e idosos, além da presença de processos patológicos. Os descritores utilizados incluíram: *muscle strengthening*, *gluteus medius* e *electromyographic analysis*. O operador booleano *and* foi utilizado. O processo de busca do tema ocorreu até abril de 2026. A qualidade metodológica considera a escala PEDro. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** Foram encontrados 27 estudos. Após a análise de títulos e resumos, 11 artigos foram excluídos. Dos 16 estudos selecionados, a amostra total foi constituída por 365 indivíduos. Com a análise dos estudos selecionados, foram identificados exercícios que atingiram o nível de atividade eletromiográfica do glúteo médio *muito alto* (considerando a classificação acima de 60% da CIVM), incluindo: prancha lateral com abdução e a perna dominante embaixo, prancha lateral com abdução e a perna dominante em cima, agachamento unipodal, progressões 2, 3 e 4 do exercício de concha - *clamshell*, prancha frontal com extensão de quadril, abdução do quadril em decúbito lateral, ponte com resistência de faixa elástica e flexão de quadril unilateral. A ativação do glúteo médio foi superior no exercício *clamshell* em comparação ao tensor da fáscia lata. O exercício *clamshell* tem sido frequentemente utilizado em programas de reabilitação e a ativação preferencial do glúteo médio em comparação ao músculo tensor da fáscia lata pode favorecer o controle do valgo dinâmico do joelho, em atividades funcionais como salto e agachamento, sendo que o valgismo dinâmico do joelho tem sido associado a disfunções, incluindo síndrome de banda ileotibial, lesões do ligamento cruzado anterior e síndrome da dor fêmuro-patelar. A atividade eletromiográfica de diferentes porções do glúteo médio mostrou-se diferente, com maior ativação do glúteo médio posterior no exercício pressão na parede em pé – *wall press*, sendo que o fortalecimento de tal porção tem sido relacionado ao controle do valgo dinâmico do joelho. **CONCLUSÃO:** Existem diferentes exercícios que podem ser utilizados tanto no contexto preventivo, quanto em reabilitação que promovem ativação do glúteo médio, podendo ser aplicados de forma distinta, dependendo dos objetivos e especificidades do treino e ou reabilitação. Baseados nos estudos analisados, destacaram-se: abdução do quadril em decúbito lateral, *clamshell*, pranchas lateral e frontal, agachamento unipodal, ponte com resistência de faixa elástica e flexão de quadril unilateral. Tais resultados





podem favorecer o aprimoramento dos protocolos de treinamento e reabilitação que visem melhorar a performance e estabilização pélvica por meio do glúteo médio.

Palavras-chave: Glúteo médio, Eletromiografia, Exercício físico.

REFERÊNCIAS

- BISHOP, B. N. *et al.* Electromyographic analysis of gluteus maximus, gluteus medius, and tensor fascia latae during therapeutic exercises with and without elastic resistance. **International journal of sports physical therapy**, v. 13, n. 4, p. 668, 2018.
- BOREN, K. *et al.* Electromyographic analysis of gluteus medius and gluteus maximus during rehabilitation exercises. **International journal of sports physical therapy**, v. 6, n. 3, p. 206, 2011.
- DISTEFANO, L. J. *et al.* Gluteal muscle activation during common therapeutic exercises. **Journal of orthopaedic & sports physical therapy**, v. 39, n. 7, p. 532-540, 2009.
- EKSTROM, R. A.; DONATELLI, R. A.; CARP, K. C. Electromyographic analysis of core trunk, hip, and thigh muscles during 9 rehabilitation exercises. **Journal of orthopaedic & sports physical therapy**, v. 37, n. 12, p. 754-762, 2007.
- GASIBAT, Q. *et al.* Decoding hip muscle activation: A comparative electromyographic analysis of turn-out bent knee pulse and single-leg banded glute bridge exercises in healthy female subjects. **European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education**, v. 13, n. 9, p. 1612-1623, 2023.
- KRAUSE, D. A. *et al.* Electromyographic analysis of the gluteus medius in five weight-bearing exercises. **The Journal of Strength & Conditioning Research**, v. 23, n. 9, p. 2689-2694, 2009.
- O'SULLIVAN, K.; SMITH, S. M.; SAINSBURY, D. Electromyographic analysis of the three subdivisions of gluteus medius during weight-bearing exercises. **BMC Sports Science, Medicine and Rehabilitation**, v. 2, n. 1, p. 17, 2010.
- YOUDAS, J. W. *et al.* Surface electromyographic analysis of core trunk and hip muscles during selected rehabilitation exercises in the side-bridge to neutral spine position. **Sports Health**, v. 6, n. 5, p. 416-421, 2014.



PERFIL DE COMPOSIÇÃO CORPORAL DE JOGADORAS PROFISSIONAIS DE FUTSAL FEMININO EM DIFERENTES POSIÇÕES DE JOGO

doi[®] 10.56161/sci.ed.20260525R9

¹ Jesús Angel Cubero Martínez; ² Matheus Nascimento de Miranda Espírito Santo; ¹ Júlia Barreira

¹ Universidade Estadual de Campinas– UNICAMP, Sao Paulo, Brasil.

² Universidade de Mogi das Cruzes- UMC, Sao Paulo, Brasil.

Eixo Temático: Temas Livres

INTRODUÇÃO: O futsal feminino apresenta um crescimento nos últimos anos, contudo ainda é considerado uma modalidade pouco explorada nas ciências do esporte. Nesse contexto, persistem lacunas relevantes, especialmente no que diz respeito às características morfológicas das jogadoras em função da posição de jogo, aspecto fundamental para a compreensão do desempenho esportivo e para a otimização do treinamento. A identificação de possíveis diferenças entre posições pode contribuir para intervenções mais específicas no planejamento físico e no desenvolvimento das atletas. **OBJETIVO:** Analisar possíveis diferenças na massa magra, massa gorda e percentual de gordura de acordo com a posição de jogo em jogadoras profissionais de futsal feminino. **MÉTODOS:** Trata-se de um estudo de campo, de caráter descritivo, comparativo e transversal, realizado a partir de uma única coleta de dados no início da temporada competitiva. A amostra foi composta por 14 atletas profissionais (6 alas, 4 goleiras e 4 fixas), com idade média de $26,2 \pm 5,7$ anos. A avaliação da composição corporal foi realizada por meio de antropometria, utilizando protocolo de sete dobras cutâneas com adipômetro manual, conduzida por avaliador experiente. Os dados obtidos foram organizados e analisados por meio de estatística descritiva (média e desvio padrão). Para a análise inferencial, foi empregada ANOVA para grupos independentes para comparação entre as posições de jogo, adotando-se nível de significância de $p \leq 0,05$. **RESULTADOS:** Os valores médios de massa magra foram de $47,39 \pm 3,8$ kg (alas), $58,47 \pm 3,8$ kg (fixas) e $57,38 \pm 4,5$ kg (goleiras). Em relação à massa gorda, observaram-se valores de $8,8 \pm 1,9$ kg (alas), $11,68 \pm 2,68$ kg (fixas) e $8,7 \pm 0,97$ kg (goleiras). O percentual de gordura foi de $15,95 \pm 2,12\%$ (alas), $16,52 \pm 2,46\%$ (fixas) e $13,24 \pm 0,58\%$ (goleiras). Foram identificadas diferenças significativas na massa magra entre alas e fixas, bem como entre alas e goleiras ($p = 0,001$). Não foram observadas diferenças significativas para massa gorda e percentual de gordura entre jogadoras de diferentes posições, o que pode estar relacionado às diferenças de estatura, as quais favorecem o desempenho funcional das jogadoras, especialmente no perfil de ala. **CONCLUSÃO:** Os resultados indicam que a massa magra é uma variável relevante para diferenciar o perfil das jogadoras de acordo com a posição de jogo, apresentando valores mais elevados em fixas e goleiras em comparação às alas. Esse achado pode estar relacionado às maiores exigências de contato físico, força e estabilidade inerentes a essas posições, enquanto





as alas podem apresentar um perfil mais leve, favorecendo ações de maior mobilidade e deslocamento. Por outro lado, a ausência de diferenças na massa gorda e no percentual de gordura sugere relativa homogeneidade nesses parâmetros entre as jogadoras, possivelmente associada ao nível competitivo e às demandas fisiológicas semelhantes da modalidade. Esses achados contribuem para uma melhor compreensão das exigências do futsal feminino e podem auxiliar na individualização do treinamento.

PALAVRAS-CHAVE:

Desempenho físico, antropometria, atletas de elite, rendimento esportivo.

REFERÊNCIAS

BARREIRA, J.; WUNDERLICH, K.; BATISTA, A.; DA SILVA, J. Physiological demands and player characteristics in women's futsal: a systematic review. *Frontiers in Physiology*, v. 16, 2025.

CASTILLO, M. et al. Body composition and determination of somatotype of the Spanish elite female futsal players. *Applied Sciences*, 2022.

KATANIĆ, B. et al. Comparative analysis of anthropometric characteristics and body composition among elite female futsal players in Montenegro, North Macedonia and Croatia. *Sport Mont*, 2023.

KATANIĆ, B. et al. Body composition variation among U-19 futsal national team players from Bosnia and Herzegovina according to playing position. *Sport Mont*, 2024.

RAMÍREZ-MUNERA, M. et al. Anthropometric and body composition changes during pre-season of Spanish professional female soccer players according to playing position. *Nutrients*, v. 16, 2024.



ANÁLISE DA RELAÇÃO ENTRE VIGOR E RECUPERAÇÃO EM CORREDORES DE RUA AMADORES NO PERÍODO PRÉ-COMPETITIVO

doi[®] 10.56161/sci.ed.20260525R10

¹ Kailane Rodrigues Garcia Poletto; ² Bruna Elsie Matsunaga; ³ Cleverton Rodrigues junior;

⁴ João Lucas Adelmar de Freitas; ⁵ João Paulo de Farias; ⁶ Rui Gonçalves Marques Elias

¹ Universidade Estadual do Norte do Paraná-UENP; ² Universidade Estadual do Norte do Paraná-UENP; ³ Universidade Estadual do Norte do Paraná-UENP; ⁴ Universidade Estadual do Norte do Paraná-UENP; ⁵ Universidade Estadual do Norte do Paraná-UENP; ⁶ Universidade Estadual do Norte do Paraná-UENP

Eixo Temático: Saúde no esporte

INTRODUÇÃO: A corrida de rua, em crescente expansão, é reconhecida por seus benefícios físicos e psicológicos, além de ser uma prática acessível e de baixo custo. No entanto, a participação em competições pode gerar estresse, impactando a motivação e a adesão de corredores amadores, o que reforça a importância da compreensão dos aspectos psicológicos envolvidos. Nesse contexto, a manutenção do vigor e o controle do estresse são essenciais para o equilíbrio psicofisiológico. Atletas mais vigorosos tendem a apresentar melhor recuperação e maior prontidão para as demandas esportivas, enquanto níveis elevados de estresse podem prejudicar esse processo, evidenciando a importância do adequado manejo psicológico.

OBJETIVO: Analisar a relação entre o vigor (POMS-BR) e os níveis de recuperação em corredores de rua amadores durante o período pré-competitivo. **MÉTODOS:** Trata-se de um estudo quantitativo, descritivo e transversal, realizado com praticantes de corrida de rua. Participaram indivíduos com 18 anos ou mais, sem limite superior de idade. Como critério de inclusão, considerou-se a prática regular de corrida há pelo menos três meses, além da participação ou inscrição em ao menos uma competição. A amostra foi não probabilística por conveniência, composta por voluntários que aceitaram participar mediante concordância com o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. A coleta de dados foi realizada de maneira remota, entre julho e setembro de 2025, por meio da plataforma Google Forms, com divulgação em grupos de corrida de diferentes cidades. Foram avaliadas 30 respostas, sendo 17 do sexo masculino e 13 do sexo feminino. Foram utilizados um questionário sociodemográfico, o RESTQ-Sport (versão reduzida), para avaliação do estresse e da recuperação, e o POMS-BR (versão reduzida), para análise dos estados de humor. A normalidade dos dados foi verificada pelo teste de Shapiro-Wilk e a homogeneidade das variâncias pelo teste de Levene. **RESULTADOS:** Observou-se correlação positiva moderada a forte entre vigor e recuperação geral ($r_s = 0,642$; $p < 0,001$), além de correlação positiva moderada entre vigor e recuperação esportiva ($r_s = 0,495$; $p < 0,001$). Esses achados indicam que maiores níveis de energia e disposição estão associados a uma melhor percepção de recuperação, tanto em aspectos gerais quanto no contexto específico do treinamento e da competição. Assim, corredores que se apresentam mais vigorosos no período pré-competitivo tendem a perceber-se mais recuperados física e psicologicamente, o que pode refletir uma adequada adaptação às cargas de treino e



melhor prontidão para o desempenho esportivo. **CONCLUSÃO:** Conclui-se que o vigor apresenta associação significativa com os níveis de recuperação em corredores de rua amadores, tanto no âmbito geral quanto esportivo, no período pré-competitivo. Corredores com maiores níveis de energia e disposição tendem a perceber-se mais recuperados física e psicologicamente, indicando melhor adaptação às demandas do treinamento e maior prontidão para a competição. Esses achados reforçam a importância do monitoramento dos estados de humor e da implementação de estratégias de manejo do estresse e otimização da recuperação, visando favorecer o desempenho e o bem-estar de atletas amadores.

Palavras-chave: Corrida, Recuperação, Disposição de Ânimo.

REFERÊNCIAS

HOBFOLL, S. E. **Conservation of resources: a new attempt at conceptualizing stress.**

American Psychologist, Washington, v. 44, n. 3, p. 513–524, mar. 1989.

KELLMANN, M.; BECKMANN, J. ***Sport, recovery, and performance: Interdisciplinary insights.*** London: Routledge, 2018.

KELLMANN, M.; KALLUS, K. W. ***Recovery-Stress Questionnaire for Athletes: User Manual.*** 2. ed. Champaign: Human Kinetics, 2016.

KENTTÄ, G.; HASSMÉN, P. Overtraining and recovery: a conceptual model. ***Sports Medicine, Auckland***, v. 26, n. 1, p. 1–16, jul. 1998.

SILVA, E. T.; LAGE, R. F. **Pressa e excesso de responsabilidade. In: LIPP, M. E. N. (Org.). *Sentimentos que causam stress: como lidar com eles.*** Campinas: Papyrus, 2009. p. 67–78.



IMPACTO DO TREINAMENTO RESISTIDO NA REDUÇÃO DOS NÍVEIS DE ANSIEDADE E ESTRESSE EM MULHERES ENTRE 30 E 50 ANOS

doi[®] 10.56161/sci.ed.20260525R11

Adrielly Florêncio de Araújo¹; Eduarda Ellen da Silva¹; Mayara Kamile Lima Neves¹; Rafael de Araújo Freire²

¹ Centro Universitário Maurício de Nassau – UNINASSAU, Pernambuco, Brasil; ² Centro Universitário Maurício de Nassau – UNINASSAU, Pernambuco, Brasil

Eixo Temático: Saúde no Esporte

INTRODUÇÃO: A ansiedade e o estresse têm se tornado cada vez mais prevalentes na população feminina adulta, especialmente entre mulheres de 30 a 50 anos, fase marcada por múltiplas responsabilidades, como trabalho, família e vida social, além de alterações hormonais que podem influenciar o bem-estar emocional. Nesse contexto, a prática de exercício físico surge como uma importante estratégia não farmacológica para a promoção da saúde mental (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2020). Entre as diferentes modalidades, o treinamento resistido destaca-se não apenas pelos benefícios físicos, como o aumento da força muscular e a melhora da composição corporal, mas também pelos efeitos positivos no estado psicológico, contribuindo para a redução dos sintomas de ansiedade e estresse (O’CONNOR; HERRING; CARVALHO, 2010). **OBJETIVO:** Avaliar o impacto do treinamento resistido na redução dos níveis de ansiedade e estresse em mulheres entre 30 e 50 anos. **MÉTODOS:** Trata-se de uma revisão de literatura de abordagem qualitativa. A busca foi realizada nas bases de dados Google Acadêmico, SciELO e PubMed, utilizando os descritores “treinamento resistido”, “ansiedade”, “estresse” e “mulheres adultas”. Foram considerados estudos publicados entre os anos de 2015 e 2024, nos idiomas português e inglês. Como critérios de inclusão, foram selecionados artigos originais, ensaios clínicos e revisões que investigaram os efeitos do treinamento resistido sobre ansiedade e/ou estresse em mulheres adultas entre 30 e 50 anos. Foram excluídos estudos duplicados, trabalhos que não apresentavam relação direta com o tema, artigos indisponíveis na íntegra e publicações fora do período estabelecido. Após a aplicação dos critérios de elegibilidade, foram incluídos 5 estudos para análise qualitativa. Os dados foram organizados de forma descritiva, considerando os principais resultados relacionados à redução dos níveis de ansiedade e estresse associados à prática do treinamento resistido. **RESULTADOS:** Os estudos analisados demonstraram que o treinamento resistido exerce influência significativa na redução dos níveis de ansiedade e estresse em mulheres adultas. Observou-se que a prática regular está associada à melhora do humor, aumento da autoestima e maior sensação de bem-estar. Além disso, o exercício físico contribui para a liberação de neurotransmissores como endorfina e serotonina, que atuam diretamente na regulação emocional. Também foram identificadas melhorias na qualidade do sono, redução da tensão muscular e aumento da disposição para atividades cotidianas. Em conjunto, esses fatores reforçam o papel do treinamento resistido como uma ferramenta eficaz na promoção da saúde mental. Os estudos analisados demonstraram que o treinamento resistido exerce influência





significativa na redução dos níveis de ansiedade e estresse em mulheres adultas. Evidenciou-se melhora no humor, aumento da autoestima e maior sensação de bem-estar (CRAIGHEAD; KHERA; KHERA, 2019). Além disso, a prática regular está associada à redução de sintomas de ansiedade e preocupação, conforme observado em ensaios clínicos (GORDON et al., 2017). Também foram identificadas melhorias na qualidade do sono, redução da tensão muscular e aumento da disposição para atividades cotidianas, reforçando o papel do exercício resistido na promoção da saúde mental. **CONCLUSÃO:** Conclui-se que o treinamento resistido apresenta efeitos positivos na redução da ansiedade e do estresse em mulheres entre 30 e 50 anos, configurando-se como uma estratégia eficaz, acessível e de baixo custo para a promoção da saúde mental. Dessa forma, recomenda-se a inclusão dessa prática na rotina dessas mulheres, contribuindo não apenas para benefícios físicos, mas também para a melhoria da qualidade de vida e do bem-estar psicológico, conforme diretrizes internacionais de saúde (AMERICAN COLLEGE OF SPORTS MEDICINE, 2018).

Palavras-chave: Ansiedade; Estresse; Mulheres; Saúde mental.

REFERÊNCIAS

AMERICAN COLLEGE OF SPORTS MEDICINE. *ACSM's guidelines for exercise testing and prescription*. 10. ed. Philadelphia: Wolters Kluwer, 2018.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. *Guidelines on physical activity and sedentary behaviour*. Geneva: WHO, 2020.

CRAIGHEAD, D. H.; KHERA, A.; KHERA, M. Resistance training improves anxiety and mood in adults: a systematic review. *Sports Medicine*, v. 49, n. 12, p. 1805–1816, 2019.

GORDON, B. R. et al. Resistance exercise training for anxiety and worry symptoms among young adults: a randomized controlled trial. *Scientific Reports*, v. 7, p. 1–8, 2017.

O'CONNOR, P. J.; HERRING, M. P.; CARVALHO, A. The mental health benefits of strength training in adults. *American Journal of Lifestyle Medicine*, v. 4, n. 5, p. 377–396, 2010.



RECUPERAÇÃO FUNCIONAL DE ATLETA DE JUDÔ NO PO DE FRATURA DE ACETÁBULO E PATELA

doi[®] 10.56161/sci.ed.20260525R12

¹Thaiany Cristine Sanguini; ²Rui Gonçalves Marques Elias

^{1,2}Universidade Estadual do Norte do Paraná – UENP

Eixo Temático: Saúde no esporte

INTRODUÇÃO: Lesões traumáticas decorrentes de acidentes automobilísticos representam importante causa de morbidade, frequentemente associadas a fraturas complexas e longos períodos de reabilitação funcional. Entre essas, destacam-se as fraturas de acetábulo e patela, que comprometem significativamente a mobilidade, a funcionalidade e a independência do indivíduo. No contexto esportivo, indivíduos com elevado nível de condicionamento físico tendem a apresentar respostas mais favoráveis ao processo de recuperação, em razão de maior eficiência neuromuscular, melhor capacidade adaptativa e reserva funcional. O judô, modalidade que exige força, resistência, equilíbrio e controle corporal, pode influenciar positivamente esse processo. **OBJETIVO:** relatar a evolução clínica e funcional de um atleta de judô após fraturas de acetábulo e patela, destacando a influência do condicionamento físico prévio e da fisioterapia precoce na reabilitação. **METODOLOGIA:** Trata-se de um relato de caso de paciente do sexo masculino, 25 anos, atleta de judô, vítima de acidente automobilístico em novembro de 2025. O paciente permaneceu lúcido no atendimento inicial, sendo posteriormente submetido a procedimentos cirúrgicos ortopédicos para correção das fraturas. O tratamento fisioterapêutico foi iniciado precocemente no pós-operatório, com protocolo intensivo composto por mobilizações passivas e ativo-assistidas, exercícios de ganho de amplitude de movimento, controle de dor e prevenção de rigidez articular, realizados quatro vezes ao dia. A progressão incluiu exercícios isométricos, fortalecimento muscular progressivo, treino de marcha e reeducação funcional, com meta inicial de atingir 90° de flexão de joelho em até três semanas. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** Observou-se evolução clínica satisfatória ao longo do acompanhamento, mesmo na presença de fibrose, não sendo necessária nova intervenção cirúrgica. Houve progressão gradual da amplitude de movimento, associada à elevada adesão ao tratamento fisioterapêutico. Após aproximadamente quatro meses, o paciente apresentou deambulação independente, sem uso de dispositivos auxiliares, além de recuperação funcional significativa. Esses achados corroboram evidências da literatura que indicam que indivíduos fisicamente ativos apresentam melhor resposta à reabilitação, especialmente devido à maior eficiência neuromuscular e capacidade de adaptação ao estresse fisiológico. Em comparação com estudos clínicos semelhantes, observa-se que atletas tendem a apresentar menor tempo de recuperação funcional, reforçando o papel do condicionamento físico prévio como fator determinante no prognóstico. **CONCLUSÃO:** Conclui-se que o





condicionamento físico prévio, aliado à intervenção fisioterapêutica precoce e estruturada, contribui significativamente para a recuperação funcional após fraturas complexas, favorecendo um prognóstico mais positivo em indivíduos fisicamente ativos. Como limitação, destaca-se o fato de se tratar de um relato de caso único, o que restringe a generalização dos resultados, sendo necessários estudos com amostras maiores para confirmação desses achados.

Palavras-chave: Reabilitação; Fraturas; Judô; Recuperação funcional

REFERÊNCIAS

- FRANCHINI, Emerson; DEL VECCHIO, Fabrício Boscolo. Physical fitness and performance in judo. *Journal of Human Kinetics*, Katowice, v. 26, p. 21–31, 2010.
- FRANCHINI, Emerson; TAKITO, Marcelo Y.; PEREIRA, José Nunes. Physiological responses and performance in judo. *Sports Medicine*, Auckland, v. 41, n. 2, p. 147–166, 2011.
- KRAEMER, William J. et al. Physiological and performance responses to tournament competition in elite judo athletes. *Journal of Strength and Conditioning Research*, Champaign, v. 15, n. 3, p. 342–347, 2001.
- STERKOWICZ, Stanisław; LECH, Grzegorz; BLECHARZ, Jerzy. Effects of judo training on physical fitness and motor abilities. *Archives of Budo*, Varsóvia, v. 6, n. 1, p. 1–7, 2010.
- THOMAS, Robert E.; ORCHARD, John W. Injuries in judo: a systematic literature review including suggestions for prevention. *British Journal of Sports Medicine*, Londres, v. 44, n. 15, p. 1137–1143, 2010.



SINERGIA ENTRE SEMAGLUTIDA E EXERCÍCIO FÍSICO NA REDUÇÃO DE RISCOS CARDIOVASCULARES.

 10.56161/sci.ed.20260525R13

¹Ana Beatriz Lima Brasil da Silva, ² Larissa Silva de Sena, ³ Vithor Guilherme Araújo da Silva, ⁴ Rafael de Araújo Freire.

^{1,2,3,4} Centro Universitário Maurício De Nassau - UNINASSAU, Caruaru, Pernambuco

Eixo Temático: Farmácia Esportiva

INTRODUÇÃO: As complicações cardiovasculares são líderes em óbitos no Brasil, tornando-se crescente a busca por tratamentos que vão além do controle de peso. Nesse contexto, a semaglutida, um análogo do peptídeo semelhante ao glucagon-1 (GLP-1), tem ganhado destaque não apenas por sua ação emagrecedora, mas também por seus efeitos cardioprotetores diretos. No entanto, seu uso isolado pode levar à perda de massa muscular, tornando a prática de exercícios físicos um componente indispensável. Este estudo analisa como a combinação entre a semaglutida e o esporte pode atuar de forma sinérgica na redução dos riscos cardiovasculares, garantindo um emagrecimento mais funcional e seguro. **OBJETIVO:** Analisar a interação entre o uso da semaglutida e a prática de exercícios físicos na prevenção e redução de eventos cardiovasculares maiores, avaliando seus efeitos sobre fatores de risco metabólicos e cardiovasculares. **MÉTODOS:** Realizou-se uma pesquisa nas plataformas PubMed, Scielo e Scopus, utilizando os descritores “Semaglutida” “Exercícios Físicos” “Fatores de risco” (validados no DeCS). Foram encontrados 444 artigos originais publicados nos últimos 6 anos, selecionando-se apenas 4 que investigaram a ação do medicamento na redução de riscos cardiovasculares dentro da prática esportiva. Excluíram-se revisões secundárias e estudos não relacionados a simultaneidade da semaglutida com exercício físico. **RESULTADOS:** Os estudos analisados evidenciam que os agonistas do GLP-1 promovem redução significativa do peso corporal, além de contribuírem para melhorias importantes em fatores de risco cardiometabólicos, pois reduzem a hemoglobina glicada e marcadores inflamatórios (Proteína C-Reativa). Esses efeitos estão associados à diminuição da resistência insulínica e à redução do acúmulo lipídico, resultando na diminuição do estado pró-inflamatório característico da obesidade. A prática de exercícios físicos, quando associada ao uso de agonistas GLP-1, potencializa esses benefícios, contribuindo para a melhora da capacidade cardiorrespiratória, preservação da massa muscular e redução da pressão arterial, diminuindo a incidência de eventos cardiovasculares maiores. Essa combinação se mostra extremamente relevante, uma vez que o uso da semaglutida pode levar à perda de massa magra, o que comprometeria a funcionalidade metabólica do indivíduo. No entanto, é importante considerar seus possíveis efeitos adversos, como distúrbios gastrointestinais, além do risco de uso indiscriminado com fins estéticos, levando à dependência e ao uso inadequado. **CONCLUSÃO:** A semaglutida constitui uma estratégia farmacológica no manejo do risco cardiometabólico, em relação a outros fármacos, justificando-se essa escolha devido a atuação de seu mecanismo de ação, conforme apontado nos estudos analisados. No entanto, os riscos associados à dependência derivada da busca por um corpo perfeito, conflitam com os benefícios apresentados à saúde cardiovascular, uma vez que haverá redução dos níveis lipídicos do corpo contribuindo para a redução de processos pró-inflamatórios. Dessa forma, a orientação



profissional e a atualização de protocolos terapêuticos são importantes para que haja melhor eficácia no tratamento e segurança em seu uso.

Palavras-chave: Semaglutida. Exercícios Físicos. Riscos Cardiovasculares.

REFERÊNCIAS

OLIVEIRA, Mauricio Marlon Mota de et al. Agonistas do receptor de GLP-1 no tratamento da obesidade e redução de riscos associados: uma revisão integrativa da literatura. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, v. 7, n. 2, p. 1980-1996, 2025.

PRADO, Nathália et al. Efeitos da liraglutida (Saxenda®) e semaglutida (Wegovy®) na saúde cardiovascular. **Revista dos Seminários de Iniciação Científica**, v. 8, n. 2, 2026.

SASAKI, Leticia Sayuri et al. **Impacto do uso da semaglutida nos parâmetros cardiometabólicos de pacientes obesos não diabéticos: uma revisão sistemática.** *Cuadernos de Educación y Desarrollo*, Portugal, v. 16, n. 13, p. 1-19, 2024.

SILVA, Aline Batista da; MENDANHA, Lorena Pagé. **Efeito da semaglutida no tratamento da obesidade e síndrome metabólica.** 2025. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Farmácia) – Centro Universitário Mais (UNIMAIS), [local não informado], 2025.



SUPLEMENTAÇÃO ALIMENTAR COMO ESTRATÉGIA NA PREVENÇÃO DA SARCOPENIA EM IDOSOS

João Vitor Silva Francisco, Rafael de Araújo Freire, Yasmin Mirelly da Silva Arruda,
Leandra Laís da Silva

 [10.56161/sci.ed.20260525R14](https://doi.org/10.56161/sci.ed.20260525R14)

Eixo Temático: Temas livres

INTRODUÇÃO: O envelhecimento da população brasileira está acontecendo de forma acelerada. A participação da população de idosos na população total brasileira vai passar de 10% a 20% em um período muito menor do que o observado em países desenvolvidos. Ao ritmo atual, o percentual de idosos na população brasileira deverá superar o percentual de crianças por volta de 2031. Esses dados acendem um alerta em relação ao surgimento de doenças relacionadas ao envelhecimento, dentre as doenças de maior incidência em decorrência do processo de envelhecimento, destaca-se a sarcopenia, caracterizada pela diminuição da força, associada à diminuição da massa muscular. **OBJETIVO:** O presente trabalho tem como principal objetivo analisar como a sarcopenia pode estar relacionada ao processo de envelhecimento, bem como a suplementação personalizada para este grupo pode melhorar os desfechos clínicos desses pacientes. **METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo de revisão bibliográfica, de caráter descritivo, realizado por meio da análise de artigos científicos publicados em bases de dados como PubMed, SciELO e Google Scholar. Foram analisados 10 estudos, em português, inglês e espanhol sendo 6 levados em conta por se enquadrarem nos critérios de inclusão que são eles estudos relacionados a área temática, com período menor que 5 anos, também foram inclusos artigos de revisão sistemáticas, estudos e relatos de caso, que abordassem a sarcopenia em idosos, considerando seus aspectos fisiopatológicos, diagnóstico e impactos na saúde do idoso. Não foram levados em conta artigos com mais de 5 anos de publicação, que não estavam presentes nas bases de dados descritas anteriormente, bem como artigos teóricos e que não estivessem em inglês, português ou espanhol, assim como artigos que não abordassem o eixo temático da revisão. Foram usados os seguintes descritores: Suplementação, Sarcopenia em Idosos e Prevenção das disfunções musculoesqueléticas. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** Por fim, temos que estudos demonstram resultados na aplicação de 1,5g de proteína/kg, na suplementação proteica personalizada é benéfica e conveniente para idosos pré-sarcopênicos atingirem a ingestão diária recomendada de proteína, esse resultado de acréscimo de força na porção inferior corporal, como é analisado na pesquisa, é um ponto chave na suplementação de creatina para redução da sarcopenia em idosos, uma vez que essa é a região onde mais há perda muscular. Estudos mostram que ofertar o suplemento junto às refeições com menor teor de proteína do dia também pode acarretar melhorias em parâmetros de composição corporal, bem como melhora a força muscular, diminui a probabilidade do surgimento de sarcopenia em pacientes idosos, assim como adesão a esses protocolos diminuem as disfunções musculoesqueléticas relacionadas ao surgimento da doença. Sendo assim é possível observar que a suplementação de creatina em pacientes idosos é um ponto estratégico para prevenir a perda de massa muscular que surge com progredir das idades. **CONCLUSÃO:** O presente estudo de revisão observou que a suplementação de pacientes idosos com proteínas de origem animal e vegetal, apresenta-se como estratégia de prevenção e minimização da sarcopenia, o que pode permitir maior autonomia e prevenir complicações do aparelho motor na terceira idade, de forma a conferir melhor qualidade de vida aos idosos.





Palavras-chave: Sarcopenia, Suplementação, Idosos.

REFERÊNCIAS

(Banov, 2022) BANOVA, Giovanna. Efeitos da suplementação de creatina sobre o tecido muscular de idosos: revisão sistemática de literatura. *Revista Multidisciplinar da Saúde*, n. 1, p. 38–58, 2022.

(Lin; Yeh, 2022) LIN, Chih-Chien; YEH, Sung-Ling. Reply to the letter to the editor: Effects of adequate dietary protein with whey protein, leucine, and vitamin D supplementation on sarcopenia in older adults: An open-label, parallel-group study. *Clinical Nutrition (Edinburgh, Scotland)*, v. 41, n. 3, p. 792–793, 2022.

(Lopes; De Abreu Ribeiro Pereira, 2024) LOPES, Lucas; DE ABREU RIBEIRO PEREIRA, Juciane. SUPLEMENTAÇÃO PROTEICA COMO ESTRATÉGIA DE PREVENÇÃO À SARCOPENIA EM PESSOAS IDOSAS: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA. *Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento*, v. 29, 2024.

(Nunes Giacomini, 2023) NUNES GIACOMINI, Mrejen. Envelhecimento populacional e saúde dos idosos: O Brasil está preparado. São Paulo: [S.n.].

(Rodrigues et al., 2023) RODRIGUES, Antonia Alizandra Gomes dos Santos et al. Prevalência dos componentes da sarcopenia e fatores socioeconômicos associados em idosos de uma população rural do estado do Ceará, Brasil.

(Viana de Moura, 2021) VIANA DE MOURA, Gisele. Uso de suplementos alimentares no manejo nutricional em idosos com Sarcopenia. *Saúde com*, v. 17, n. 3, 2021.

(Rodrigues et al., 2023)



TRANSTORNOS ALIMENTARES NO BALÉ CLÁSSICO: INFLUÊNCIA DA PRESSÃO ESTÉTICA NO DESEMPENHO E NA SAÚDE

 10.56161/sci.ed.20260525R15

¹ Lauren Beatriz Paulo Narciso Nascimento; ² Tailane Luciana da Silva; ³ Rafael de Araujo Freire (Orientador).

¹ Universidade Maurício de Nassau – UNINASSAU, Caruaru, Brasil (Discente);

² Universidade Maurício de Nassau – UNINASSAU (Discente), Caruaru, Brasil;

³ Universidade Maurício de Nassau – UNINASSAU, Caruaru, Brasil (Docente).

Eixo temático: saúde no esporte.

INTRODUÇÃO: O balé clássico classifica-se como uma modalidade artística- esportiva que se alia alta exigência física com treinamentos intensos e disciplina rigorosa. Além disso, padrões estéticos rigorosos são apresentados nos quais a Aprendizagem Relacionada à Magreza (ARM) é abordada em uma aula de dança com comentários sobre os benefícios da dieta e comparações entre as bailarinas. Nesse contexto citado, bailarinas especialmente adolescentes compõem um grupo de risco relacionado à insatisfação corporal com elevados níveis associados a transtornos alimentares que são definidos como alterações no comportamento alimentar culminando na percepção corporal. Dentre eles, a bulimia que se manifesta através de momentos de consumo exagerado de comida, acompanhados na busca de evitar o ganho de peso e a anorexia que é marcada por restrição alimentar e distorção da imagem corporal, ocasionando discrepância entre o corpo percebido e o idealizado. **OBJETIVO:** Compreender a relação entre a insatisfação corporal e transtornos alimentares em bailarinas. **MÉTODOS:** O presente estudo consiste em uma revisão da literatura, utilizando banco de dados PUBMED e Scielo combinado com operador booleano AND, de modo a combinar termos ou restringir resultados e excluir publicações não coerentes ao tema. Após uma análise detalhada dos títulos e artigos, foram selecionados 10 trabalhos publicados no período de 2010 a 2024 para inclusão neste resumo. **RESULTADOS:** Nos artigos analisados, os principais achados foram: insatisfação corporal associados com transtornos alimentares não apenas em aprendizes de balé, mas também em professores(as) de balé. Analisou-se também a presença frequente de restrição alimentar, jejum prolongado e episódios de compulsão alimentar. Além disso, a grande pressão estética é um fator determinante para adoção dessas condutas. Ademais, esses fatores se relacionam a diversos riscos à saúde incluindo fadiga muscular prematura, termorregulação prejudicada, comprometimento do transporte de oxigênio e nutrientes, redução do rendimento físico, maior suscetibilidade a infecções, anemia e distúrbios gastrointestinais, evidenciando os impactos negativos na saúde e performance das bailarinas. **CONCLUSÃO:** Os achados evidenciam que a pressão estética no balé clássico está fortemente associada ao desenvolvimento de transtornos alimentares como jejum extremo, bulimia e anorexia impactando negativamente a saúde e o rendimento das bailarinas. Diante disso, é pertinente a implementação de estratégias de acompanhamento multidisciplinar da saúde com a orientação de hábitos alimentares saudáveis, imagem corporal e a prevenção de comportamentos de risco e comprometimento com a saúde das bailarinas.

Palavras-chaves: Alimentação Restritiva; Anorexia; Bulimia Nervosa; Dança.





REFERÊNCIAS

- DIOGO, Maria Angélica Kurpel; RIBAS, Gabriel Gomes de Oliveira; SKARE, Thelma Larocca. **Frequency of pain and eating disorders among professional and amateur dancers.** *São Paulo Medical Journal*, v. 134, n. 6, 2016.
- GORRELL, Sasha; SANZARI, Christina M.; ZIEGENHARDT, Philippa S.; SPELL, Josh; JOHNSON, Madelyn G.; WHITLOW, Bridget; SAIGAL, Monika. **Preventing eating pathology among elite adolescent ballet dancers: a pilot trial.** *Eating Disorders*, v. 32, n. 6, p. 666–685, 2024.
- LEONKIEWICZ, Magdalena; WAWRZYNIAK, Agata. **The relationship between rigorous perception of one's own body and self, unhealthy eating behavior and a high risk of anorexic readiness: a predictor of eating disorders in the group of female ballet dancers and artistic gymnasts at the beginning of their career.** *Journal of Eating Disorders*, v. 10, p. 48, 2022.
- OHASHI, Yuri-Grace B.; WANG, Shirley B.; SHINGLETON, Rebecca M.; NOCK, Matthew K. **Body dissatisfaction, ideals, and identity in the development of disordered eating among adolescent ballet dancers.** *International Journal of Eating Disorders*, v. 56, n. 9, p. 1743–1751, 2023.
- RODRIGUES, Yasmin Cristina Feitosa; REIS, Nycolle Martins; VIEIRA, Melissa de Carvalho Souza; MACHADO, Zenite; GUIMARÃES, Adriana Coutinho de Azevedo. **Fatigue and symptoms of eating disorders in professional dancers.** *Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano*, v. 19, n. 1, p. 96, 2017.
- SANTO ANDRÉ, Heloisa C.; PINTO, Ana Jessica; MAZZOLANI, Bruna Caruso; SMAIRA, Fabiana Infante; ULIAN, Mariana Dimitrov; GUALANO, Bruno; BENATTI, Fabiana Braga. **“Can a ballerina eat ice cream?”: a mixed-method study on eating attitudes and body image in female ballet dancers.** *Frontiers in Nutrition*, v. 8, p. 665654, 2022.
- SILVERII, G. A.; BENVENUTI, F.; MORANDIN, G.; RICCA, V.; MONAMI, M.; MANNUCCI, E.; ROTELLA, F. **Eating psychopathology in ballet dancers: a meta-analysis of observational studies.** *Eating and Weight Disorders - Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, v. 27, p. 405–414, 2022.
- ZOLETIĆ, Emina; DURAKOVIĆ-BELKO, Elvira. **Body image distortion, perfectionism and eating disorder symptoms in risk group of female ballet dancers and models and in control group of female students.** *Psychiatria Danubina*, v. 21, n. 3, p. 302–309, 2009.





IMPACTO DA NIMESULIDA NA ADAPTAÇÃO MUSCULAR E A ATUAÇÃO DO FARMACÊUTICO NA PRÁTICA

doi® 10.56161/sci.ed.20260525R16

José Fábio de Oliveira Rodrigues Filho¹; Jordânia Maria Santos Batista²; Karen Vallentina Araújo Soares Bernardino³

¹ Graduando em Farmácia pelo Centro Universitário UNINASSAU, Caruaru, Pernambuco, Brasil; ² Graduando em Farmácia pelo Centro Universitário UNINASSAU, Caruaru, Pernambuco, Brasil; ³ Graduando em Farmácia pelo centro Universitário UNINASSAU, Caruaru, Pernambuco, Brasil

Eixo Temático: Saúde / Assistência Farmacêutica / Esporte

INTRODUÇÃO: A prática esportiva regular promove saúde, mas a busca por resultados e o desconforto da dor muscular tardia frequentemente levam praticantes à automedicação. A nimesulida, um anti-inflamatório não esteroidal, é amplamente utilizada por sua rápida eficácia analgésica. Embora a dor seja um processo fisiológico natural de adaptação ao esforço, a aversão ao desconforto impulsiona o uso indiscriminado. O desafio é que a supressão medicamentosa dessa inflamação interfere nas vias de sinalização celular necessárias para a regeneração tecidual. Diante dos riscos do uso contínuo, como o mascaramento de lesões e a toxicidade sistêmica, a intervenção do farmacêutico surge como peça-chave na equipe multidisciplinar para promover o uso racional. **OBJETIVO:** Analisar, por meio de revisão da literatura, os impactos do uso da nimesulida na adaptação muscular de praticantes de atividade física, bem como destacar a importância da atuação do farmacêutico no uso racional desse medicamento. **METODOLOGIA:** Trata-se de revisão integrativa, descritiva e qualitativa. A busca ocorreu nas bases SciELO, PubMed e Google Acadêmico, cruzando os descritores: nimesulida, anti-inflamatórios não esteroidais, hipertrofia muscular e assistência farmacêutica. Incluíram-se artigos originais e revisões (2012-2023), em português e inglês, disponíveis na íntegra. Excluíram-se estudos sobre patologias crônicas sem relação com o esporte. A busca inicial retornou 48 artigos; após triagem, 8 compuseram a amostra final. A análise priorizou evidências sobre o impacto fisiológico da nimesulida e intervenções farmacêuticas. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** Literatura evidencia que o uso contínuo de AINEs prejudica a adaptação muscular. A inibição das ciclooxigenases (COX) pela nimesulida suprime a resposta inflamatória aguda pós-treino, que é essencial para a proliferação de células satélites e hipertrofia. Estudos apontam que esse impacto deletério é mais pronunciado no uso crônico, enquanto o uso esporádico apresenta menor interferência. Outro achado crítico é o mascaramento de microlesões; a analgesia gera falsa percepção de recuperação, encorajando o retorno prematuro aos treinos e elevando o risco de lesões musculoesqueléticas graves. Além do prejuízo muscular, o uso indiscriminado eleva o risco de toxicidade sistêmica (hepatotoxicidade e nefrotoxicidade), que é severamente intensificada pela desidratação frequente durante o exercício. A dependência comportamental também ocorre, com praticantes banalizando a automedicação para sustentar rotinas insustentáveis. Nesse cenário, a intervenção farmacêutica transcende a dispensação. O profissional atua na identificação de interações, ajuste posológico e desestímulo ao uso profilático. Estratégias não farmacológicas, como





crioterapia e repouso programado, devem ser priorizadas, garantindo que o manejo da dor não comprometa a integridade fisiológica. **CONCLUSÃO:** Conclui-se que o uso indiscriminado da nimesulida no esporte compromete as vias fisiológicas de hipertrofia e eleva riscos de lesões e toxicidade. A atuação clínica do farmacêutico é indispensável, pois, através da educação em saúde e incentivo a terapias não farmacológicas, garante o uso racional de AINEs, promovendo um desempenho esportivo seguro e sustentável.

Palavras-chave: Nimesulida, Esporte, Farmacêutico.

REFERÊNCIAS:

ALVES, C. R. R. et al. Prevalência de automedicação entre praticantes de musculação em academias. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 25, n. 1, p. 36-40, 2019.

BRASIL. Conselho Federal de Farmácia. **Resolução nº 707/2021**. Brasília: CFF, 2021.

CARMO, L. G. et al. Uso de AINEs e hipertrofia muscular: uma revisão. **Revista de Ciências Farmacêuticas**, v. 12, n. 3, p. 45-56, 2022.

MACHADO, F. S. et al. Riscos do uso indiscriminado de anti-inflamatórios não esteroidais (AINEs) por praticantes de atividade física. **Journal of Physical Education**, v. 88, n. 3, p. 210-218, 2020.

NUNES, P. R. et al. Nimesulida na prática esportiva: risco e benefícios. **Journal of Sports Pharmacology**, v. 8, n. 1, p. 112-124, 2023.

RANG, H. P. et al. **Farmacologia**. Rio de Janeiro: Elsevier, 2016.

SCHOENFELD, B. J. The use of nonsteroidal anti-inflammatory drugs for exercise-induced muscle damage. **Sports Medicine**, v. 42, n. 12, p. 1017-1028, 2012.

SILVA, J. R.; SOUZA, M. L. Uso indiscriminado de anti-inflamatórios por praticantes de atividade física. **Revista Saúde em Foco**, 2021.



ESTUDO BIBLIOGRÁFICO ASSOCIADO A ANÁLISE DOCUMENTAL: EFEITOS COLATERAIS RELACIONADOS A SUPLEMENTOS TERMOGÊNICOS QUE CONTÊM SINEFRINA

 10.56161/sci.ed.20260525R18

Lara Carvalho Lira de Oliveira, Laís Danielle Vieira Araújo, Alane de Oliveira Peixoto, Maria Izabela Oliveira Melo, Rafaelly Aparecida Jacinto dos Santos, Lidiane Raquel Woto F S de Araújo, Giovanna Mirelly de Lima Silva

INTRODUÇÃO: O mercado de suplementos alimentares apresenta expansão significativa, esses produtos são usados por praticantes de exercícios físicos com objetivos de ganho muscular e perda de peso. Entre os mais consumidos, estão os termogênicos, que tem a ação de acelerar o metabolismo e a queima gordura. A sinefrina pode melhorar o desempenho físico, porém pode apresentar riscos à saúde e efeitos adversos, um dos danos pode ser o aumento da pressão arterial quando usado de maneira errada. **OBJETIVO:** analisar o uso de suplementos termogênicos e sua associação com riscos cardiovasculares e efeitos fisiológicos. Discutir os potenciais riscos cardiovasculares decorrentes do uso indiscriminado de termogênicos, à luz de evidências científicas disponíveis. **METODOLOGIA:** A metodologia foi dividida em duas etapas. Na coleta de dados foram analisados os rótulos de 10 suplementos alimentares contendo sinefrina e/ou Citrus aurantium, com informações coletadas entre abril de 2020 e maio de 2025. Foi verificado que em apenas 6 desses suplementos haviam associação com cafeína. Na segunda etapa foi feito um estudo comparativo, por meio de revisão integrativa, foram selecionados 7 artigos em inglês e português, selecionados dentro da base de dados da SciELO, Literatura Latino-americana e BIREME e MEDLINE publicados entre 2010 e 2025, que abordavam a composição química desses suplementos contendo a sinefrina e seus possíveis efeitos colaterais. Foram excluídos artigos fora do período, em outros idiomas ou que não abordavam o tema, assim como suplementos sem descrição de composição. E quanto aos suplementos foram excluídos os que não continham na descrição quantidade das substâncias utilizadas no produto. **RESULTADOS:** Os resultados demonstraram que os suplementos termogênicos contendo sinefrina apresentam potencial para causar efeitos adversos no organismo humano, especialmente quando utilizados de forma indiscriminada ou associados a outras substâncias estimulantes, como a cafeína. Observou-se potencial para eventos cardiovasculares (pressão alta, taquicardia) e sintomas como insônia. A combinação com cafeína potencializa tais efeitos, elevando o risco de arritmias e AVCs. Além disso, evidenciou-se possível toxicidade hepática/renal por uso contínuo em altas doses. A análise da composição dos suplementos evidenciou que a maioria dos produtos disponíveis no mercado contém múltiplas substâncias termogênicas em associação, o que pode aumentar o risco de efeitos colaterais. Observou-se ainda que nem todos os suplementos avaliados apresentavam dosagens compatíveis com as recomendações de segurança. Verificou-se ampla variação nas dosagens de sinefrina e/ou Citrus aurantium (12 mg a 1600 mg por cápsula), sem especificação clara da substância. A dose diária recomendada de Citrus aurantium apresentou mediana de 200 mg (6–840 mg), enquanto a de sinefrina foi de 12 mg (0,6–60 mg). **DISCURSÃO:** De acordo com a literatura, a sinefrina é utilizada para promover a perda de peso e melhorar o desempenho físico. No entanto, seu uso pode provocar riscos à saúde, podendo desencadear alterações cardiovasculares, como taquicardia e arritmias. Esses efeitos podem variar conforme dose, tempo de uso, características individuais e associação com outras substâncias, como a cafeína. **CONCLUSÃO:** A sinefrina,





quando utilizada em dose fora de recomendado, pode provocar alterações no sistema cardiovascular, principalmente quando associada à cafeína. Sendo assim, não sendo indicada para pessoas que sofrem com algum tipo de problema cardíaco. Recomenda-se acompanhamento profissional para orientar desde o consumo, para potencializar benefícios e minimizar efeitos colaterais, evitando problemas referente ao uso.

Palavras-chave: Suplementos Alimentares; Sinefrina; Termogênicos.



O IMPACTO E A SEGURANÇA DO USO DE AGONISTAS DO RECEPTOR GLP-1 (TIRZEPATIDA) NO CONTROLE DE PESO EM ATLETAS E PRATICANTES DE ATIVIDADE FÍSICA

doi[®] 10.56161/sci.ed.20260525R19

Larissa Rayane Cordeiro Alves, Rafael de Araujo Freire, Vithor guilherme Araújo da Silva, Ana Karina Amorim de Oliveira, Vitória Pereira dos Santos, Ana Karolina de Souza Vieira, Brenda Maria de Menezes Alves

Centro Universitário Mauricio de Nassau – UNINASSAU, Caruaru-PE;

INTRODUÇÃO: O aumento do interesse em agonistas dos receptores de GLP-1 e GIP no contexto esportivo está associado à ampliação de seu uso clínico no tratamento de diabetes tipo 2 e obesidade. Fármacos como a tirzepatida vêm sendo utilizados por indivíduos fisicamente ativos com o objetivo de promover perda de peso rápida e melhorar a composição corporal. Entretanto, o uso fora das indicações clínicas aprovadas levanta preocupações quanto à segurança metabólica, desempenho físico e implicações éticas no esporte. **OBJETIVO:** Avaliar a efetividade, os riscos clínicos e as consequências metabólicas do uso de agonistas do receptor GLP-1 em atletas e indivíduos ativos, destacando a importância da supervisão multiprofissional. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura. Foram selecionados 32 artigos publicados entre 2018 e 2026, indexados nas bases SciELO e PubMed, além de diretrizes da Autoridade Brasileira de Controle de Dopagem e da World Anti-Doping Agency. Os critérios de inclusão abrangeram ensaios clínicos randomizados, revisões sistemáticas e diretrizes sobre agonistas GLP-1/GIP relacionados à perda de peso e desempenho físico. Estudos de baixa qualidade metodológica ou sem desfechos metabólicos relevantes foram excluídos. A análise considerou o nível de evidência e a consistência dos resultados. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** Evidências de alto nível, incluindo ensaios clínicos randomizados e meta-análises, indicam que a tirzepatida promove maior redução de peso quando comparada a agonistas de GLP-1 isolados, com perdas superiores a 15% do peso corporal em alguns grupos. O mecanismo envolve atraso do esvaziamento gástrico e aumento da saciedade central, reduzindo a ingestão calórica. Contudo, em indivíduos sem obesidade ou com alta demanda energética, como atletas, os riscos podem superar os benefícios. Estudos observacionais relatam déficits energéticos, desidratação e prejuízo da homeostase metabólica. Além disso, há evidências consistentes de redução da massa magra, especialmente na ausência de ingestão proteica adequada e treinamento resistido, aumentando o risco de sarcopenia induzida por medicamentos. Não há evidências robustas de melhora no desempenho esportivo; alguns estudos sugerem até redução da performance em exercícios de alta intensidade. Do ponto de vista regulatório, embora essas substâncias não sejam amplamente proibidas, seu uso deve seguir as normas da World Anti-Doping Agency para evitar violações éticas ou doping inadvertido. **CONCLUSÃO:** O uso de agonistas do receptor GLP-1 em indivíduos ativos deve ser criterioso e baseado em indicação clínica. Apesar da eficácia na redução de peso, esses fármacos apresentam riscos relevantes quando utilizados sem supervisão adequada, especialmente no contexto esportivo. A atuação multiprofissional é essencial para minimizar efeitos adversos, preservar a massa muscular e garantir segurança metabólica. A busca por resultados estéticos ou de desempenho não deve se sobrepor aos princípios clínicos e éticos.





Palavras-chave: Agonistas do Receptor de GLP-1; Tirzepatida; Atletas; Perda de Peso; Doping nos Esportes.

REFERÊNCIAS:

Celestino, B. E. e S., Rinaldi Neto, S., & Andrade, L. G. de. (2024). A RELEVÂNCIA DO FARMACÊUTICO NO ESPORTE EM RELAÇÃO AO DOPING: UM PAPEL FUNDAMENTAL PARA PREVENÇÃO. *Revista Ibero-Americana De Humanidades, Ciências E Educação*, 10(10), 2835–2848.

Sindusfarma. (2021). *Boletim de regulação de mercados* (n. 049). <https://sindusfarma.org.br/uploads/files/8e1f-diego-silva/2021/Boletim/049/file.pdf>

Sindicato da Indústria de Produtos Farmacêuticos no Estado de São Paulo (Sindusfarma). (2021). *Boletim de regulação de mercados* (n. 049). <https://sindusfarma.org.br/uploads/files/8e1f-diego-silva/2021/Boletim/049/file.pdf>

World Anti-Doping Agency (WADA). (2026). WADA's 2026 prohibited list now in force. <https://www.wada-ama.org/en/news/wadas-2026-prohibited-list-now-force>

Jastreboff, A. M., et al. (2022). Tirzepatide once weekly for the treatment of obesity. *New England Journal of Medicine*, 387(3), 205–216.

Wilding, J. P. H., et al. (2023). Long-term effects of tirzepatide on body weight in patients with obesity. *New England Journal of Medicine*.

Ludvik, B., et al. (2021). Tirzepatide versus insulin therapy in type 2 diabetes and obesity. *The Lancet*, 398, 583–598.

Zhang, X., et al. (2023). Efficacy and safety of tirzepatide in patients with obesity: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Obesity*, 47, 123–134.

Khawaji, A., et al. (2025). Weight loss efficacy of tirzepatide: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Obesity*.

American Diabetes Association. (2024). Standards of medical care in diabetes—2024. *Diabetes Care*, 47(Suppl. 1).



EFEITO AGUDO DE UMA SESSÃO DE MOBILIDADE ARTICULAR SOBRE A PRESSÃO ARTERIAL AMBULATORIAL EM HOMENS HIPERTENSOS

doi 10.56161/sci.ed.20260525R20

João Paulo de Farias, Rui Gonçalves Marques Elias, Deisiane Pereira Vechiato, Kailane Rodrigues Garcia Poletto, Bruna Elaine Matsunaga, Lucas Lopes dos Reis

Eixo Temático: Eixo 02 - Temas Livres

INTRODUÇÃO: A hipertensão arterial sistêmica (HAS) é uma doença crônica caracterizada por níveis elevados de pressão arterial ($\geq 140/90$ mmHg). Essa condição clínica é uma síndrome de origem multifatorial e multicausal estreitamente associada ao risco aumentado para doenças cardiovasculares. Exercícios físicos, como caminhada e corrida, contribuem para o controle da pressão arterial, principalmente por promoverem vasodilatação e efeito hipotensor pós-exercício. Contudo, intervenções, como a mobilidade articular, ainda apresenta pouca evidência sobre seus efeitos sobre a pressão arterial. **OBJETIVO:** O objetivo deste estudo foi avaliar o efeito agudo de uma sessão de mobilidade articular sobre a pressão arterial ambulatorial em homens hipertensos. **METODOLOGIA:** Este foi um estudo randomizado do tipo crossover envolvendo 15 homens hipertensos com idades entre 35 e 55 anos ($45,80 \pm 5,73$). O tamanho amostral foi estimado a priori pelo software G*Power ($\alpha = 0,05$; poder = 0,80; efeito moderado $f = 0,25$), indicando mínimo de 12 participantes. A ordem das condições foi randomizada para cada participante utilizando uma sequência de randomização gerada por computador. Os protocolos de caminhada e mobilidade articular seguiram uma sequência padronizada: aferição pressão arterial, monitoramento da FC em cinco momentos (m1 a m5) e aplicação das escalas psicométricas nos mesmos intervalos. A caminhada foi realizada com intensidade de 60 a 70% da FC_{máx}, enquanto o protocolo de mobilidade consistiu em 13 exercícios. A pressão arterial foi monitorada ao longo de 24 horas por meio da MAPA. O estudo atendeu aos padrões éticos e foi aprovado pelo Comitê de Ética sob o parecer nº 4.170.827. Os dados foram analisados por meio de estatística descritiva e a comparação das variáveis hemodinâmicas entre as diferentes condições experimentais (controle, mobilidade articular e caminhada), foi utilizada a ANOVA para medidas repetidas. **RESULTADOS:** Os resultados demonstraram que uma única sessão de mobilidade articular promoveu reduções significativas na pressão arterial, especialmente na pressão arterial diastólica total ($-4,23$ mmHg). Durante o período de vigília, observaram-se reduções de aproximadamente -6 mmHg na pressão sistólica e $-4,8$ mmHg na diastólica após a intervenção. A sessão de caminhada também apresentou reduções significativas da pressão arterial ao longo de 24 horas, incluindo períodos de vigília e sono, com magnitudes semelhantes ou ligeiramente superiores em comparação à mobilidade articular. Durante a vigília, tanto a mobilidade articular quanto a caminhada reduziram significativamente a pressão arterial sistólica e diastólica em relação ao controle. Os efeitos hipotensores observados após a mobilidade articular podem ser explicados por mecanismos fisiológicos como o aumento da biodisponibilidade de óxido nítrico, promovendo vasodilatação periférica, e a redução da atividade simpática com maior modulação autonômica. Além disso, o estímulo mecânico das articulações e tecidos pode melhorar a função endotelial e a circulação periférica. Esses fatores contribuem para a redução aguda da pressão arterial, especialmente durante a vigília. **CONCLUSÃO:** Conclui-se que a mobilidade articular e a caminhada reduziram





significativamente a pressão arterial durante a vigília, não apresentando efeitos durante o sono. Dessa forma, o estudo indica que a prática de mobilidade articular é uma intervenção eficaz no tratamento da hipertensão arterial sistêmica em homens.

Palavras-chave: Hipertensão arterial, Mobilidade articular, Caminhada.

REFERÊNCIAS

ERSOY, U. et al. The acute effect of talocrural joint mobilization on dorsiflexor muscle strength in healthy individuals: a randomized controlled single blind study. *Journal of Sport Rehabilitation*, v. 28, n. 6, p. 601–605, 2019.

FOCHT, B. C. Affective responses to 10-minute and 30-minute walks in sedentary, overweight women: relationships with theory-based correlates of walking for exercise. *Psychology of Sport and Exercise*, v. 14, n. 5, p. 759–766, 2013.

HOTTA, K. et al. Stretching exercises enhance vascular endothelial function and improve peripheral circulation in patients with acute myocardial infarction. *International Heart Journal*, v. 54, n. 2, p. 59–63, 2013.

MANCIA, G. et al. 2023 ESH guidelines for the management of arterial hypertension. *Journal of Hypertension*, v. 41, n. 12, p. 1874–2071, 2023.

SACO-LEDO, G. et al. Exercise reduces ambulatory blood pressure in patients with hypertension: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Journal of the American Heart Association*, v. 9, n. 24, p. 1–18, 2020.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA. 7ª Diretriz Brasileira de Hipertensão Arterial. *Arquivos Brasileiros de Cardiologia*, v. 107, p. 1–83, 2016.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. *WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour*. Geneva: WHO, 2020.

YANG, E.; SHARMA, G.; RAM, V. American and European hypertension guidelines: finding common ground. *The American Journal of Cardiology*, v. 123, n. 8, p. 1378–1382, 2019.



A IMPORTÂNCIA DO FARMACÊUTICO NA ORIENTAÇÃO SOBRE MEDICAMENTOS E SUPLEMENTOS QUE PODEM CAUSAR DOPING EM ATLETAS DE CORRIDA DE RUA

doi[®] 10.56161/sci.ed.20260525R21

RENATA THAÍS SANTOS DE LIMA, LARISSA RAYANE CORDEIRO ALVES,
RAFAEL DE ARAUJO FREIRE, CESAR CARLOS SANTOS, ANA BEATRIZ LIMA
BRASIL DA SILVA, LARISSA SILVA DE SENA

Centro Universitário Maurício de Nassau – UNINASSAU, Caruaru-PE;

INTRODUÇÃO: Atualmente, observa-se um crescimento significativo na prática de atividades esportivas, especialmente da corrida de rua, associado ao uso de medicamentos e suplementos com finalidade ergogênica. Entretanto, esses produtos podem conter substâncias proibidas, aumentando o risco de doping não intencional. Esse problema é agravado pela falta de conhecimento dos atletas amadores sobre composição, efeitos e implicações legais dessas substâncias. Nesse contexto, destaca-se a importância do farmacêutico na orientação quanto ao uso racional de medicamentos e suplementos, contribuindo para a prevenção do doping e para a promoção da saúde no esporte. **OBJETIVO:** Analisar a importância da atuação do farmacêutico na orientação de corredores de rua quanto ao uso de medicamentos e suplementos com potencial de causar doping. **MÉTODOLOGIA:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, realizada nas bases SciELO, Portal de Periódicos CAPES e documentos da Autoridade Brasileira de Controle de Dopagem. Utilizaram-se os descritores “atletas de corrida”, “suplementação” e “doping”, combinados por operadores booleanos. Foram incluídos estudos publicados em português entre 2015 e 2026, disponíveis na íntegra e relacionados à farmacologia clínica, suplementação esportiva e normas antidoping, com enfoque na atuação do farmacêutico. Excluíram-se artigos duplicados, revisões sem rigor metodológico e estudos não aplicáveis ao contexto de corredores de rua. A busca resultou em 42 estudos, dos quais 18 foram selecionados após triagem, sendo 10 incluídos na análise final. Os dados foram analisados de forma descritiva e comparativa. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** Os estudos demonstram que, apesar da existência de listas atualizadas de substâncias proibidas e regulamentações bem estabelecidas, ainda há falhas na aplicação dessas diretrizes, principalmente entre atletas amadores. Destaca-se a presença de substâncias não declaradas em suplementos alimentares como um dos principais fatores associados ao doping acidental. Observou-se também variação no nível de conhecimento dos atletas, com evidências de informações insuficientes sobre os riscos do uso de suplementos sem orientação profissional. Esse cenário reforça a necessidade de estratégias educativas mais eficazes. A atuação do farmacêutico mostrou-se relevante na redução desses riscos, especialmente na análise da composição de produtos, identificação de substâncias proibidas e orientação baseada em evidências científicas. Seu conhecimento em farmacologia o diferencia na equipe multidisciplinar. Contudo, sua inserção no contexto esportivo ainda é limitada, assim como a existência de políticas públicas que ampliem sua atuação. **CONCLUSÃO:** O farmacêutico desempenha papel fundamental na orientação de atletas quanto ao uso seguro de medicamentos e suplementos, contribuindo para a prevenção do doping não intencional e para a promoção da saúde. No entanto, sua atuação ainda é restrita, evidenciando a necessidade de maior integração no meio esportivo, além de investimentos em educação em saúde e políticas públicas que



ampliem o acesso à informação qualificada. Dessa forma, é possível promover práticas esportivas mais seguras, éticas e alinhadas às normas antidoping.

Palavras-chave: Esportes¹, Dopping², Suplementos³.

REFERÊNCIAS:

Celestino, B. E. e S., Rinaldi Neto, S., & Andrade, L. G. de. (2024). A relevância do farmacêutico no esporte em relação ao doping: um papel fundamental para prevenção. *Revista Ibero-Americana De Humanidades, Ciências E Educação*, 10(10), 2835–2848.

Sindusfarma. (2021). *Boletim de regulação de mercados* (n. 049). <https://sindusfarma.org.br/uploads/files/8e1f-diego-silva/2021/Boletim/049/file.pdf>

Sindicato da Indústria de Produtos Farmacêuticos no Estado de São Paulo (Sindusfarma). (2021). *Boletim de regulação de mercados* (n. 049). <https://sindusfarma.org.br/uploads/files/8e1f-diego-silva/2021/Boletim/049/file.pdf>

World Anti-Doping Agency (WADA). (2026). WADA's 2026 prohibited list now in force. <https://www.wada-ama.org/en/news/wadas-2026-prohibited-list-now-force>

Dias, F. (2024). Doping no esporte: expectativa de benefícios, realidade de riscos e outras considerações. *Revista de Educação Física / Journal of Physical Education*, 92(3), 389–398.

Gomes, M., Côrtes, M. A., & Alves, R. (2023). Atuação do farmacêutico na prática esportiva com atletas de alto rendimento: uma revisão integrativa. *Cadernos UniFOA*.

Silva, F. J. A. (2024). O papel das práticas baseadas em evidências no combate ao doping no esporte. *Revista Multidisciplinar do Nordeste Mineiro*.

Dias Filho, C. A. L., & Cintra, L. P. (2024). Revisão de literatura sobre incidência de doping nas competições esportivas. *Revista Científica da UNIFENAS*.



ALTERAÇÕES DE MARCADORES BIOQUÍMICOS EM PRATICANTES DE ATIVIDADE FÍSICA E SUA INTERPRETAÇÃO CLÍNICA

doi[®] 10.56161/sci.ed.20260525R22

Evellin Rayanne da Silva Braga, Emily Gabriely Pereira dos Santos, João Igor da Silva Azevêdo, Jerffeson Higo Santos Cordeiro, Livia de Araújo Oliveira Reis

Centro Universitário Mauricio de Nassau – UNINASSAU, Caruaru-PE;

INTRODUÇÃO: A prática regular de atividade física promove diversas adaptações fisiológicas e metabólicas no organismo, refletidas diretamente em alterações de marcadores bioquímicos. Esses marcadores são amplamente utilizados na avaliação clínica e no monitoramento da saúde de indivíduos fisicamente ativos, auxiliando na distinção entre adaptações fisiológicas ao exercício e possíveis condições patológicas. No entanto, a interpretação desses parâmetros requer cautela, uma vez que o exercício pode modificar temporariamente seus níveis séricos. **OBJETIVO:** Analisar as principais alterações em marcadores bioquímicos decorrentes da prática de atividade física e discutir sua correta interpretação no contexto clínico, visando evitar diagnósticos equivocados e promover uma avaliação mais precisa do estado de saúde. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, de caráter descritivo e abordagem qualitativa, realizada com o objetivo de analisar as alterações de marcadores bioquímicos em praticantes de atividade física e sua interpretação clínica. A busca bibliográfica foi conduzida nas bases de dados SciELO (Scientific Electronic Library Online) e PubMed (National Library of Medicine), além da consulta a diretrizes oficiais do Ministério da Saúde. Foram utilizados os descritores em português e inglês: “exercício físico”, “marcadores bioquímicos”, “creatina quinase”, “interpretação clínica” e “exercise and biochemical markers”, combinados por meio de operadores booleanos (AND e OR). Foram incluídos artigos publicados entre os anos de 2015 e 2023, disponíveis na íntegra, que abordassem diretamente alterações bioquímicas decorrentes da prática de atividade física. Foram excluídos estudos duplicados, artigos incompletos e publicações que não apresentavam relação direta com a temática proposta. Após a aplicação dos critérios de elegibilidade, foram selecionados 8 artigos científicos para compor a amostra final da revisão. Os estudos selecionados incluem autores com titulação de mestre e doutor nas áreas de Fisiologia do Exercício, Bioquímica Clínica e Ciências da Saúde. Dentre os principais autores analisados, destacam-se pesquisadores como Scott K. Powers (PhD em Fisiologia do Exercício), Edward T. Howley (PhD em Ciências do Exercício) e William D. McArdle (PhD em Fisiologia), cujas obras são amplamente utilizadas como referência na área, além de estudos complementares publicados em periódicos científicos indexados. A análise dos dados foi realizada de forma comparativa, considerando os principais marcadores bioquímicos alterados pelo exercício físico, como creatina quinase (CK), lactato desidrogenase (LDH), transaminases, glicose, insulina e proteína C reativa (PCR), bem como sua interpretação clínica no contexto fisiológico e patológico. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** Observa-se que a prática de exercício físico, especialmente de alta intensidade, pode elevar marcadores como creatina quinase (CK), lactato desidrogenase (LDH) e transaminases, devido ao estresse muscular e





microlesões. Além disso, alterações nos níveis de glicose, insulina e cortisol refletem adaptações metabólicas e hormonais ao esforço físico. Marcadores inflamatórios, como a proteína C reativa (PCR), também podem apresentar elevação transitória. Em praticantes regulares, essas alterações tendem a ser fisiológicas e autolimitadas. Contudo, a interpretação clínica inadequada pode levar a diagnósticos errôneos, como lesões musculares graves ou doenças hepáticas. Dessa forma, é fundamental considerar o contexto do exercício, intensidade, frequência e tempo de recuperação antes da coleta dos exames. **CONCLUSÃO:** As alterações em marcadores bioquímicos em praticantes de atividade física são, em sua maioria, respostas adaptativas do organismo. A correta interpretação desses parâmetros exige conhecimento técnico e análise individualizada, evitando intervenções desnecessárias. A atuação integrada de profissionais de saúde, especialmente farmacêuticos e médicos, é essencial para garantir uma avaliação clínica segura e eficaz.

Palavras-chave: Marcadores bioquímicos¹, Exercício físico², Interpretação clínica³, Metabolismo⁴.

Referências bibliográficas:

POWERS, Scott K.; **HOWLEY**, Edward T. Fisiologia do exercício: teoria e aplicação ao condicionamento físico e ao desempenho. Porto Alegre: Artmed, 2017.

MCARDLE, William D.; **KATCH**, Frank I.; **KATCH**, Victor L. Fisiologia do exercício. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2016.

BRASIL. Ministério da Saúde. Guia de atividade física para a população brasileira. Brasília, 2021.



VARAL DE LEMBRANÇAS: EMOÇÕES EM MOVIMENTO NO ENVELHECIMENTO

 10.56161/sci.ed.20260525R23

Erika Campos da Silva

Especialista em Saúde da Família pela Universidade Federal de São Paulo, UNIFESP

Eixo Temático: SAÚDE NO ESPORTE

INTRODUÇÃO: Em contextos de vulnerabilidade social, o envelhecimento populacional tensiona estratégias de cuidado que transcendam abordagens biomédicas e fragmentadas. A promoção da saúde, conforme a Organização Mundial da Saúde (OMS), enfatiza autonomia e qualidade de vida. No campo do envelhecimento, o modelo de funcionalidade dialoga com a OMS, ao considerar a interação entre capacidades físicas, fatores ambientais e sociais. Abordagens centradas nas experiências pessoais reforçam o protagonismo dos sujeitos no cuidado. No campo da saúde coletiva, Merhy destaca as tecnologias leves como centrais na produção do cuidado. **OBJETIVO:** Relatar a experiência de uma atividade lúdica como estratégia de promoção da saúde funcional, estímulo cognitivo, incentivo à movimentação corporal e avaliação clínica indireta de idosos em uma associação comunitária. **METODOLOGIA:** Relato de experiência realizado no salão de uma associação comunitária frequentada por usuários da terceira idade, envolvendo 62 idosos cadastrados, sendo 51 independentes e 11 dependentes de cuidadores. A ação foi estruturada em etapas sequenciais: levantamento dos idosos por meio do sistema e-SUS; estratificação utilizando o IVCF-20, associada à identificação, pelas Agentes Comunitárias de Saúde, daqueles com necessidade de apoio; convocação dos idosos e cuidadores; e implementação da atividade em espaço coletivo da UBS. A intervenção, *Varal de Lembranças: emoções em movimento no envelhecimento*, foi realizada na sala de espera, utilizando varal de barbante de sisal a aproximadamente 1,50 m de altura. Os participantes escolheram imagens representativas de experiências de vida — incluindo práticas esportivas realizadas ou desejadas — e as fixaram com prendedores, mobilizando movimentos de alcance e preensão. A atividade incluiu aquecimento, execução e partilha narrativa, com observação sistemática dos aspectos funcionais e registro em instrumento estruturado para tabulação dos dados, em diálogo com o rastreio de fragilidade. **RELATO:** A atividade apresentou elevada adesão e engajamento, favorecendo a expressão de memórias e o fortalecimento de vínculos. O varal constituiu-se como dispositivo simbólico de pertencimento, promovendo visibilidade às histórias de vida. A análise dos dados evidenciou que 19 idosos apresentavam alterações na marcha e 64% dificuldade na preensão manual, indicando comprometimentos funcionais relevantes. Três participantes necessitaram de auxílio do cuidador para alcançar a altura da atividade, enquanto 100% compartilharam o significado das imagens escolhidas, revelando preservação das dimensões cognitivas e expressivas. Os achados reforçam a compreensão da funcionalidade como fenômeno multidimensional, em consonância com a OMS, evidenciando que limitações físicas coexistem com potencialidades subjetivas. A atividade lúdica mostrou-se potente para avaliação funcional e produção de cuidado, alinhando-se às tecnologias leves descritas por Merhy. A inclusão de imagens relacionadas a práticas esportivas ampliou o sentido da intervenção, estimulando o reconhecimento do corpo em movimento como possibilidade no envelhecimento. **CONCLUSÃO:** O *Varal de Lembranças* mostrou-se estratégia potente, de baixo custo e alta aplicabilidade na Atenção Primária, ao integrar promoção da saúde, avaliação funcional e





incentivo à movimentação corporal. A incorporação de instrumento de avaliação fortaleceu a análise da experiência, evidenciando sua capacidade de identificar demandas clínicas e potencialidades dos idosos. Ao articular memória, movimento e cuidado, a ação contribuiu para a qualificação das práticas assistenciais em territórios vulneráveis.

Palavras-chave: Atenção primária à saúde, Atividades cotidianas, Envelhecimento.

REFERÊNCIAS

CAMPOS, G. W. S. Intersetorialidade e saúde: a experiência de São Paulo. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 5, n. 2, p. 323-327, 2000.

MERHY, E. E. **Em busca do tempo perdido: a micropolítica do trabalho vivo em saúde**. 3. ed. São Paulo: Hucitec, 2002.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Carta de Ottawa para Promoção da Saúde**. Ottawa: OMS, 1986.

FREIRE, P. **Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa**. São Paulo: Paz e Terra, 1996.



EFEITOS DA TENSÃO PRÉ COMPETIÇÃO E ESTRESSE NA PERCEPÇÃO DE RECUPERAÇÃO EM ATLETAS AMADORES DE CORRIDA DE RUA

doi 10.56161/sci.ed.20260525R24

¹ Cleverton Rodrigues Junior; ² Kailane Rodrigues Garcia Poletto; ³ Bruna Elsie Matsunaga; ⁴ João Lucas Ademar de Freitas; ⁵ João Paulo de Farias; ⁶ Rui Gonçalves Marques Elias
¹ Universidade Estadual do Norte do Paraná – UENP, Paraná, Brasil; ² Universidade Estadual do Norte do Paraná – UENP, Paraná, Brasil; ³ Universidade Estadual do Norte do Paraná – UENP, Paraná, Brasil; ⁴ Universidade Estadual do Norte do Paraná – UENP, Paraná, Brasil; ⁵ Universidade Estadual do Norte do Paraná – UENP, Paraná, Brasil; ⁶ Universidade Estadual do Norte do Paraná – UENP, Paraná, Brasil

Eixo Temático: 01 Saúde no Esporte

INTRODUÇÃO: A corrida de rua vem se popularizando nos últimos anos, tornando-se uma prática amplamente difundida no meio recreativo. Tal fenômeno gera a necessidade do aumento de estudos para melhor eficiência prática na saúde de seu público. Visando isso, a pesquisa psicofisiológica tem buscado melhorias nas abordagens do meio esportivo, sendo o treinamento e a recuperação pós-prova parâmetros de grande interesse do público. Evidencia-se que fatores psicológicos afetam o desempenho de atletas amadores durante a corrida de rua, sendo o estresse e a tensão elementos negativos quando se fala de recuperação física. Assim, o monitoramento desses fenômenos é de suma importância para o desempenho. **OBJETIVO:** Analisar o efeito da tensão pré-prova no estresse e seu impacto na percepção de recuperação em atletas amadores de corrida de rua. **MÉTODOS:** O estudo transversal utilizou uma abordagem descritiva e quantitativa dos dados. A amostra foi composta por 30 corredores amadores, sendo 17 homens (56,7%) e 13 mulheres (43,3%), com idade média de $36,76 \pm 13,15$ e $38,69 \pm 9,91$, respectivamente. Os participantes residiam no Norte Pioneiro do Paraná e no sul de São Paulo, sendo 30% de Jacarezinho. A amostra relatou prática regular de corrida de rua por mais de 3 meses, com a maioria (33,3%) praticando há mais de 5 anos e 66,6% relatando frequência de 3 a 4 vezes por semana. Utilizou-se um questionário sociodemográfico online elaborado pelo pesquisador, contendo informações básicas (sexo, idade, tempo de prática de corrida e frequência). Também foram utilizados o RESTQ-Sport reduzido (Recovery-Stress Questionnaire for Athletes – versão curta, 52 itens) e o POMS-Br reduzido (Profile of Mood States — versão curta, 24 itens). A análise estatística utilizou o teste U de Mann-Whitney, adotando-se nível de significância de $p < 0,05$, e a homogeneidade das variâncias foi verificada pelo teste de Levene. **RESULTADOS:** O estudo mostrou correlação positiva e moderada entre Tensão (T) e Estresse Esportivo (EE) ($r_s = 0,575$; $p < 0,001$), evidenciando o impacto da tensão pré-prova no estresse. De maneira semelhante, observou-se correlação entre T e Estresse Geral (EG) ($r_s = 0,595$; $p < 0,001$). Além disso, foi identificada uma forte correlação negativa e altamente significativa ($r_s = -0,628$; $p < 0,001$) entre EG e Recuperação Geral (RG), demonstrando evidências do impacto da tensão pré-prova no estresse e, conseqüentemente, na percepção de recuperação da amostra. **CONCLUSÃO:** Conclui-se que o POMS e o RESTQ-Sport podem ser utilizados para o monitoramento de questões psicológicas relacionadas ao desempenho e à recuperação física. A tensão pré-prova demonstrou efeito notável no aumento do EG e do EE, evidenciando sua influência na diminuição da RG pós-prova. Os dados indicam





que o estresse pode ter correlação direta com a percepção de recuperação física, fator importante no desempenho de atletas amadores de corrida de rua.

Palavras-chave: Recuperação, Estresse, REST-Q.

REFERÊNCIAS

BRANDT, R. et al. Psychometric properties of the Recovery-Stress Questionnaire for Athletes (RESTQ-Sport 76). *Psychology of Sport and Exercise*, v. 29, p. 138–145, 2017.

CAPDEVILA, L.; NIÑEROLA, J.; PINTANEL, M. Motivación y actividad Física: El Autoinforme de Motivos para la Práctica de Ejercicio Físico (AMPEF). *Revista de Psicología del Deporte*, vol. 13, n. 1, p. 55-74, 2004.

CLEMENTE-SUÁREZ, V. J. et al. Psychophysiological response and behavioural characteristics of recreational endurance runners. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, v. 17, n. 2, p. 625, 2020.

GAUVIN, L.; SPENCE, J. C. Measurement of exercise-induced changes in feeling states, affect, mood, and emotions. *Advances in sport and exercise psychology measurement*, Org. Duda. J. L. Morgantown, United State, Fitness Information Technology, p. 325–336, 1998.

LIPP, M. E. N. Stress e suas implicações. *Campinas: Estudos de Psicologia*, vol.1, n. 3 e 4, p. 5-19, ago/dez. 1984.

LIPP, M. E. N. Manual do inventário de sintomas de stress para adultos de Lipp. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2005.



PROMOÇÃO DA SAÚDE POR MEIO DA CORRIDA DE RUA: RELATO DE EXPERIÊNCIA NO PROJETO PAPA-LÉGUAS

 10.56161/sci.ed.20260525R25

¹ João Lucas Adelar de Freitas; ² Kailane Rodrigues Garcia Poletto; ³ Cleverton Rodrigues Junior; ⁴ Bruna Elsie Matsunaga; ⁵ Rui Gonçalves Marques Elias.

¹ Universidade Estadual do Norte do Paraná – UENP, Paraná, Brasil

Eixo Temático: Saúde no Esporte

INTRODUÇÃO: Em parceria com o projeto de extensão Papa-Léguas, que tem como objetivo promover saúde e qualidade de vida por meio da corrida de rua, incentivando hábitos saudáveis e a integração social, as atividades foram desenvolvidas no município de Jacarezinho-PR, atendendo aproximadamente 50 participantes, entre adultos e idosos. Além disso, o projeto fortalece a relação entre universidade e comunidade e contribui para a formação prática de estudantes dos cursos de Educação Física e Fisioterapia da UENP. O evento foi realizado no dia 16 de agosto de 2025, com início às 7h30 e término às 19h30 (12 horas de duração), tendo como local a pista de atletismo do Centro de Ciências da Saúde (CCS), no campus de Jacarezinho. **OBJETIVO:** O objetivo do evento foi promover saúde, qualidade de vida e integração social por meio da corrida de rua, incentivando a prática de atividades físicas, a adoção de hábitos saudáveis e a participação da comunidade em um ambiente esportivo e recreativo. **METODOLOGIA:** O evento foi estruturado no formato de revezamento por equipes, compostas por 2 a 15 integrantes, divididas em quatro categorias (feminino, masculino, misto e duplas), com o objetivo de completar o maior número de voltas (quilômetros) possível. Os participantes utilizaram chip eletrônico, garantindo maior precisão na contagem das voltas. Como atividades paralelas, foram oferecidos atendimentos em tendas de Odontologia, UBS e Fisioterapia, além de atividades recreativas e esportivas, contando também com o suporte do restaurante do centro. A premiação consistiu na entrega de medalhas a todos os participantes e troféus às três melhores equipes de cada categoria. A corrida contou com o patrocínio de: Nick Network (Internet Fibra Óptica), Unimed Norte Pioneiro-PR, Cervejaria Barbarril, Berticom, Dr. Shape, Clínica D-Life, Dr. Raul Pomílio Odontologia, Corre Jacaré, Terra Nostra Armazém, Rede de Postos Jacarezinho, Sylvania Assessoria Contábil e Serv Festa. **RELATO:** A participação no evento ocorreu na condição de colaborador, como bolsista do grupo de extensão, auxiliando na preparação da pista, na demarcação do percurso, na montagem de tendas e na entrega dos kits aos participantes. Houve interação com os demais colaboradores e com equipes provenientes de outras cidades que compareceram ao evento. Além disso, houve participação como corredor, o que representou a experiência mais significativa do dia, proporcionando momentos de socialização, troca de experiências e ampliação do convívio social. Mesmo iniciando a corrida no período da tarde, em função das atividades organizacionais, foi possível aproveitar o evento, gerando expectativas para a próxima edição, prevista para o ano de 2026. **CONCLUSÃO:** A corrida configura-se como uma importante ferramenta de socialização, ao reunir indivíduos de diferentes faixas etárias e contextos em um ambiente coletivo e saudável. A prática em equipe (revezamento) estimula a cooperação, o trabalho coletivo e a interação entre os participantes. Ademais, as atividades complementares,



como atendimentos de saúde e ações recreativas, ampliam o convívio social, fortalecendo os vínculos entre universidade e comunidade e promovendo inclusão e bem-estar.

Palavras-chave: corrida de rua, promoção da saúde, qualidade de vida.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. *Guia de atividade física para a população brasileira*. Brasília: Ministério da Saúde, 2021.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). *Diretrizes sobre atividade física e comportamento sedentário*. Genebra: OMS, 2020.

ACSM – American College of Sports Medicine. *Diretrizes do ACSM para os testes de esforço e sua prescrição*. 10. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2018.

NAHAS, M. V. *Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo*. 7. ed. Londrina: Midiograf, 2017.



IMPACTO DA PRÁTICA REGULAR DE ATIVIDADE FÍSICA NO CONTROLE DE DOENÇAS CRÔNICAS NÃO TRANSMISSÍVEIS: UMA ANÁLISE MULTIDISCIPLINAR

doi[®] 10.56161/sci.ed.20260525R26

¹Victorya Aparecida de Siqueira; ²Cleiton Mendes Honorato Sousa; ³Ridiley de Jesus Cavalcante Loiola; ⁴Álvaro Augusto Rodrigues Ribeiro; ⁵João Pedro Simões Braga; ⁶Caline Alves de Oliveira; ⁷Ana Carolina Alves de Andrade Silva; ⁸Avelar Alves da Silva; ⁹Marckson da Silva Paula; ¹⁰Denise Enély Ramos Silva

¹Universidade Estadual do Norte do Paraná (UENP); ²Graduado em Enfermagem - Mestre em Saúde e Biodiversidade Universidade Federal de Roraima - Boa Vista-RR; ³Graduando em Nutrição - Universidade Federal do Piauí; ⁴Graduando em Medicina pela Universidade de Rio Verde - Campus Goiânia – UNIRV; ⁵Fisioterapia/ Centro universitário Barão de Mauá; ⁶Docente - Centro Universitário Maurício de Nassau - UNINASSAU – PETROLINA – PE Mestre em Ciências da Saúde e Biológicas (UNIVASF); ⁷Pós-graduação em Patologias do Trato Genital Inferior e Colposcopia pela Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP); ⁸Professor Associado de Nefrologia da Universidade Federal do Piauí (UFPI); ⁹Mestrando em Enfermagem e Biociências - Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO); ¹⁰Especialista Treinamento Desportivo e Educação Física Escolar - Farese- Faculdade da Região Serrana;

Eixo Temático: Saúde no Esporte

INTRODUÇÃO: As Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT), como hipertensão arterial, diabetes mellitus, obesidade e doenças cardiovasculares, representam um dos principais desafios de saúde pública no Brasil e no mundo. Essas condições estão associadas a elevados índices de morbimortalidade e impactam significativamente a qualidade de vida da população. Nesse contexto, a prática regular de atividade física destaca-se como uma estratégia não farmacológica eficaz na prevenção e no controle dessas doenças, promovendo benefícios fisiológicos, metabólicos e psicossociais. **OBJETIVO:** Analisar o impacto da prática regular de atividade física no controle das doenças crônicas não transmissíveis, a partir de uma abordagem multidisciplinar. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, conduzida conforme as etapas: definição da pergunta norteadora, estabelecimento dos critérios de elegibilidade, busca nas bases de dados, análise crítica dos estudos e síntese dos resultados. A busca foi realizada nas bases de dados PubMed, SciELO e LILACS, utilizando os descritores controlados “atividade física”, “doenças crônicas não transmissíveis”, “exercício físico” e “promoção da saúde”, combinados por meio dos operadores booleanos AND e OR. Foram incluídos estudos originais publicados entre 2014 e 2024, disponíveis na íntegra, nos idiomas português, inglês e espanhol, que abordassem a relação entre atividade física e controle de DCNT em populações adultas. Foram excluídos artigos duplicados, revisões narrativas, editoriais, estudos com população exclusivamente pediátrica e aqueles que não apresentavam desfechos clínicos relacionados ao controle das doenças. A seleção dos estudos ocorreu em duas etapas: leitura dos títulos e resumos, seguida da leitura completa dos artigos elegíveis. A





extração dos dados foi realizada por meio de um formulário estruturado contendo informações sobre autor, ano, tipo de estudo, população, intervenção e principais resultados. Para análise, utilizou-se abordagem qualitativa descritiva, permitindo a categorização dos achados conforme os efeitos da atividade física nas diferentes DCNT. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** Foram inicialmente identificados 112 estudos, dos quais, após aplicação dos critérios de elegibilidade e remoção de duplicatas, 6 artigos foram selecionados para compor a amostra final. Os estudos analisados incluíram ensaios clínicos, estudos observacionais e pesquisas de coorte, envolvendo populações com diferentes DCNT, principalmente hipertensão arterial sistêmica, diabetes mellitus tipo 2 e obesidade. De modo geral, todos os estudos evidenciaram efeitos positivos da prática regular de atividade física. Dois estudos destacaram a redução significativa da pressão arterial em indivíduos hipertensos submetidos a programas de exercícios aeróbicos regulares. Outros dois evidenciaram melhora no controle glicêmico e na sensibilidade à insulina em pacientes com diabetes mellitus tipo 2, especialmente quando associada a intervenções nutricionais. Um estudo demonstrou redução expressiva do índice de massa corporal e melhora do perfil lipídico em indivíduos com obesidade, enquanto outro apontou benefícios na saúde mental, com redução de sintomas de ansiedade e depressão. A análise conjunta dos estudos reforça que a atuação multidisciplinar, envolvendo profissionais da saúde como médicos, nutricionistas, educadores físicos e psicólogos, potencializa os resultados, favorecendo a adesão e a continuidade das intervenções. Contudo, foram identificadas barreiras importantes, como baixa adesão dos pacientes, sedentarismo e limitações no acesso a programas estruturados de atividade física. **CONSIDERAÇÕES FINAIS:** A prática regular de atividade física demonstra impacto significativo no controle das doenças crônicas não transmissíveis, contribuindo para a melhora de parâmetros clínicos e da qualidade de vida. A abordagem multidisciplinar se mostra essencial para potencializar esses benefícios. Dessa forma, destaca-se a necessidade de fortalecimento de políticas públicas e estratégias de promoção da saúde que incentivem a prática de atividade física de forma contínua e acessível à população.

PALAVRAS-CHAVE: Atividade física; Doenças crônicas não transmissíveis; Promoção da saúde; Exercício físico; Qualidade de vida.

REFERÊNCIAS

BOURKE, Emily et al. The effects of physical inactivity on other risk factors for chronic disease: A systematic review of reviews. **Preventive Medicine Reports**, v. 46, p. 102866, 2024.

CLEVEN, Laura et al. The association between physical activity with incident obesity, coronary heart disease, diabetes and hypertension in adults: a systematic review of longitudinal studies published after 2012. **BMC public health**, v. 20, n. 1, p. 726, 2020.

HAYES, Peter et al. Physical activity and hypertension. **Reviews in Cardiovascular Medicine**, v. 23, n. 9, p. 302, 2022.

PESCATELLO, Linda S. et al. Physical activity to prevent and treat hypertension: a systematic review. **Medicine & Science in Sports & Exercise**, v. 51, n. 6, p. 1314-1323, 2019.

RIJAL, Anupa et al. Effect of exercise on functional capacity and body weight for people with hypertension, type 2 diabetes, or cardiovascular disease: a systematic review with meta-analysis and trial sequential analysis. **BMC Sports Science, Medicine and Rehabilitation**, v. 16, n. 1, p. 38, 2024.

SHARIFUL ISLAM, Md et al. Effect of leisure-time physical activity on blood pressure in people with hypertension: a systematic review and meta-analysis. **Scientific reports**, v. 13, n. 1, p. 10639, 2023.



PREVALÊNCIA DE SEDENTARISMO E FATORES ASSOCIADOS EM DIFERENTES POPULAÇÕES: IMPLICAÇÕES PARA POLÍTICAS PÚBLICAS DE PROMOÇÃO DA SAÚDE

doi[®] 10.56161/sci.ed.20260525R27

¹Ridiley de Jesus Cavalcante Loiola; ²Denise Enély Ramos Silva; ³Debora Coqueiro Sanches; ⁴Bianca Feio Santiago; ⁴Marckson da Silva Paula; ⁵Ana Carolina Alves de Andrade Silva; ⁶Avelar Alves da Silva;

¹Graduando em Nutrição - Universidade Federal do Piauí; ²Especialista Treinamento Desportivo e Educação Física Escolar - Farese- Faculdade da Região Serrana; ³Acadêmica de medicina- UNEMAT; ⁴Mestrando em Enfermagem e Biociências - Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO); ⁵Pós-graduação em Patologias do Trato Genital Inferior e Colposcopia pela Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP); ⁶Professor Associado de Nefrologia da Universidade Federal do Piauí (UFPI);

INTRODUÇÃO: O sedentarismo configura-se como um dos principais fatores de risco modificáveis para o desenvolvimento de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT), como doenças cardiovasculares, diabetes mellitus e obesidade. A crescente urbanização, mudanças no estilo de vida e o avanço tecnológico têm contribuído significativamente para o aumento da inatividade física em diferentes populações. Nesse contexto, compreender a prevalência do sedentarismo e os fatores a ele associados torna-se fundamental para subsidiar estratégias eficazes de promoção da saúde e formulação de políticas públicas. **OBJETIVO:** Analisar a prevalência de sedentarismo e os fatores associados em diferentes populações, bem como discutir suas implicações para políticas públicas de promoção da saúde. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, estruturada a partir da estratégia PICO, que orientou a construção da pergunta norteadora: “Qual a prevalência de sedentarismo e quais fatores estão associados em diferentes populações, e quais as implicações para políticas públicas de promoção da saúde?” A definição dos componentes PICO foi: P (População): indivíduos de diferentes faixas etárias (adolescentes, adultos e idosos), em distintos contextos populacionais; I (Interesse/Exposição): comportamento sedentário e baixos níveis de atividade física; C (Comparação): indivíduos fisicamente ativos ou com níveis adequados de atividade física; O (Desfecho): prevalência de sedentarismo, fatores associados (sociodemográficos, comportamentais e ambientais) e implicações para políticas públicas. A busca foi realizada nas bases de dados PubMed, SciELO e LILACS, utilizando descritores como “sedentary behavior”, “physical inactivity”, “prevalence”, “risk factors” e “health promotion”, combinados por operadores booleanos AND e OR. Foram incluídos estudos originais publicados entre 2016 e 2026, disponíveis na íntegra, nos idiomas português, inglês e espanhol. Excluíram-se revisões narrativas, editoriais, estudos duplicados e aqueles que não apresentavam dados quantitativos de prevalência. A seleção ocorreu em duas etapas (triagem por título/resumo e leitura completa), e a extração dos dados foi realizada por meio de formulário padronizado contendo informações sobre autor, ano, população, metodologia e principais achados. A análise dos dados foi conduzida de forma descritiva e qualitativa. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** Foram identificados inicialmente 128 estudos, dos quais, após aplicação dos critérios de elegibilidade, 6 artigos foram selecionados para compor a amostra final.





Os estudos incluídos evidenciaram elevada prevalência de sedentarismo em diferentes populações, variando entre 30% e 70%, com maior ocorrência em áreas urbanas e entre indivíduos de menor nível socioeconômico. Entre adolescentes, observou-se associação com aumento do tempo de tela e hábitos comportamentais inadequados. Em adultos, fatores como carga de trabalho, falta de tempo e ausência de ambientes adequados para prática de atividade física foram frequentemente relatados. Já na população idosa, o sedentarismo esteve associado a limitações funcionais e presença de comorbidades. Os estudos também destacaram fatores determinantes comuns, como baixa escolaridade, renda reduzida, barreiras ambientais, insegurança urbana e falta de políticas públicas eficazes. Além disso, evidenciou-se que populações mais vulneráveis apresentam maior risco de inatividade física, reforçando desigualdades em saúde. No âmbito das políticas públicas, os achados apontam a necessidade de estratégias intersetoriais que envolvam urbanismo, educação, saúde e segurança, com foco na criação de ambientes favoráveis à prática de atividade física, como espaços públicos acessíveis e programas comunitários. A atuação integrada entre diferentes setores é essencial para redução do sedentarismo em larga escala. **CONSIDERAÇÕES FINAIS:** A elevada prevalência de sedentarismo e sua associação com fatores sociodemográficos, comportamentais e ambientais evidenciam a complexidade desse problema de saúde pública. Torna-se fundamental o desenvolvimento e fortalecimento de políticas públicas que incentivem a prática de atividade física de forma acessível e contínua, especialmente em populações mais vulneráveis. Dessa forma, a promoção da saúde deve ser compreendida como uma estratégia multidimensional, capaz de reduzir desigualdades e melhorar a qualidade de vida da população. **PALAVRAS-CHAVE:** Sedentarismo; Inatividade física; Prevalência; Fatores de risco; Promoção da saúde.

GUTHOLD, Regina et al. Worldwide trends in insufficient physical activity from 2001 to 2016: a pooled analysis of 358 population-based surveys. **The Lancet Global Health**, v. 6, n. 10, p. e1077–e1086, 2018. Disponível em: [https://doi.org/10.1016/S2214-109X\(18\)30357-7](https://doi.org/10.1016/S2214-109X(18)30357-7)

TREMBLAY, Mark S. et al. Sedentary Behavior Research Network (SBRN) – Terminology Consensus Project process and outcome. **International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity**, v. 14, n. 1, p. 75, 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.1186/s12966-017-0525-8>

BAUMAN, Adrian E. et al. Correlates of physical activity: why are some people physically active and others not? **The Lancet**, v. 380, n. 9838, p. 258–271, 2012. (*Utilizado como base teórica complementar*) Disponível em: [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(12\)60735-1](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(12)60735-1)

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Global action plan on physical activity 2018–2030: more active people for a healthier world. Genebra: WHO, 2018. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/9789241514187>

BULL, Fiona C. et al. World Health Organization 2020 guidelines on physical activity and sedentary behaviour. **British Journal of Sports Medicine**, v. 54, n. 24, p. 1451–1462, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1136/bjsports-2020-102955>

GUTHOLD, Regina et al. Global trends in insufficient physical activity among adolescents: a pooled analysis of 298 population-based surveys. **The Lancet Child & Adolescent Health**, v. 4, n. 1, p. 23–35, 2020. Disponível em: [https://doi.org/10.1016/S2352-4642\(19\)30323-2](https://doi.org/10.1016/S2352-4642(19)30323-2)



IMPACTO DA ANSIEDADE PRÉ-COMPETITIVA NO DESEMPENHO ESPORTIVO DE ATLETAS AMADORES E SUAS IMPLICAÇÕES PARA A SAÚDE MENTAL E FÍSICA

doi[®] 10.56161/sci.ed.20260525R28

¹Marckson da Silva Paula; ²Denise Enély Ramos Silva; ³Ana Carolina Alves de Andrade Silva; ⁴Avelar Alves da Silva;

¹Mestrando em Enfermagem e Biociências - Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO); ²Especialista Treinamento Desportivo e Educação Física Escolar - Fares - Faculdade da Região Serrana;

INTRODUÇÃO: A ansiedade pré-competitiva é um dos principais fatores psicológicos que influenciam o desempenho esportivo, especialmente entre atletas amadores, que frequentemente apresentam menor preparo psicológico em comparação aos atletas de alto rendimento. Esse tipo de ansiedade pode se manifestar por meio de componentes cognitivos (preocupação, pensamentos negativos), somáticos (taquicardia, sudorese) e níveis de autoconfiança, impactando diretamente a performance esportiva. Além disso, níveis elevados de ansiedade podem comprometer tanto a saúde mental quanto a saúde física dos indivíduos, tornando-se um importante campo de estudo na psicologia do esporte. **OBJETIVO:** Analisar o impacto da ansiedade pré-competitiva no desempenho esportivo de atletas amadores, bem como suas implicações para a saúde mental e física. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, estruturada com base na estratégia PICO, que orientou a formulação da pergunta norteadora: “Qual o impacto da ansiedade pré-competitiva no desempenho esportivo de atletas amadores e quais suas implicações para a saúde mental e física?”. A definição dos componentes PICO foi: P (População): atletas amadores de diferentes modalidades esportivas; I (Interesse/Exposição): ansiedade pré-competitiva (cognitiva, somática e níveis de autoconfiança); C (Comparação): atletas com baixos níveis de ansiedade ou maior controle emocional; O (Desfecho): desempenho esportivo e impactos na saúde mental e física. A busca foi realizada nas bases de dados PubMed, SciELO, LILACS e Google Scholar, utilizando descritores como “pre-competitive anxiety”, “sports performance”, “amateur athletes” e “mental health”, combinados pelos operadores booleanos AND e OR. Foram incluídos estudos originais publicados entre 2015 e 2024, nos idiomas português, inglês e espanhol, que abordassem diretamente a relação entre ansiedade pré-competitiva e desempenho esportivo. Foram excluídos artigos duplicados, revisões narrativas e estudos sem avaliação de desempenho ou variáveis psicológicas. A seleção ocorreu em duas etapas (título/resumo e leitura completa), com extração padronizada dos dados (autor, ano, população, instrumentos utilizados e principais achados). A análise foi realizada de forma descritiva e qualitativa. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** Foram identificados inicialmente 94 estudos, dos quais 6 atenderam aos critérios de elegibilidade e compuseram a amostra final. Os estudos analisados demonstraram que a ansiedade pré-competitiva exerce influência significativa no desempenho esportivo, podendo atuar tanto de forma negativa quanto, em níveis moderados, como fator facilitador da performance. Em atletas amadores de voleibol, observou-se predominância de ansiedade cognitiva e somática, associada à redução da autoconfiança e pior desempenho competitivo. Em praticantes de CrossFit, a ansiedade pré-competitiva apresentou relação direta





com variáveis como experiência, sexo e nível competitivo, influenciando o rendimento esportivo. Já em atletas universitários, verificou-se que níveis elevados de ansiedade podem comprometer a execução técnica durante as competições. Por outro lado, estudos também indicam que níveis controlados de ansiedade podem não apresentar impacto negativo significativo no desempenho, evidenciando a importância do controle emocional individual. Além do desempenho esportivo, a ansiedade pré-competitiva mostrou impacto relevante na saúde mental, estando associada a sintomas de estresse, insegurança e queda na autoestima. Do ponto de vista físico, manifestações somáticas como aumento da frequência cardíaca, tensão muscular e fadiga podem prejudicar o rendimento e aumentar o risco de lesões. Esses achados reforçam a importância do acompanhamento psicológico no esporte, especialmente em atletas amadores, que frequentemente não dispõem de suporte profissional adequado.

CONSIDERAÇÕES FINAIS: A ansiedade pré-competitiva exerce papel determinante no desempenho esportivo de atletas amadores, podendo atuar como fator limitante quando não adequadamente controlada. Seus impactos vão além da performance, afetando diretamente a saúde mental e física dos indivíduos. Dessa forma, destaca-se a necessidade de estratégias multidisciplinares que incluam acompanhamento psicológico, treinamento emocional e intervenções voltadas ao controle da ansiedade, contribuindo para a melhoria do desempenho esportivo e da qualidade de vida dos atletas.

PALAVRAS-CHAVE: Ansiedade pré-competitiva; Desempenho esportivo; Atletas amadores; Saúde mental; Psicologia do esporte;

REFERÊNCIAS

MACHADO, T. do A. et al. Pre-competitive state anxiety in infant juvenile volleyball athletes. *Brazilian Journal of Physical Education and Sport*, v. 30, n. 4, p. 1061–1067, 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1807-55092016000401061>

ALEJO, A. A. et al. Does pre-competitive anxiety interfere in the performance of boxing athletes in Brazil? A pilot study. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, v. 26, n. 2, p. 139–142, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1517-869220202602218943>

SILVA, L. G. S. et al. Ansiedade pré-competitiva em atletas de voleibol amador. *Retos*, n. 46, p. 574–580, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.47197/retos.v46.93284>

LIMA, V. F. et al. Ansiedade-estado competitiva em atletas profissionais e amadoras de futebol feminino. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.11606/issn.1981-4690.2023e37178942>

GOMES, R. C. et al. Ansiedade pré-competitiva e desempenho esportivo em jovens nadadores. *Caderno de Educação Física e Esporte*, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.36453/cefe.2024.30925>

BEDOYA, T.; SALGADO, S. M. C.; REYES, A. C. D. Pre-competitive anxiety in footballers: a scope review. *Revista Académica Internacional de Educación Física*, 2026. Disponível em: <https://doi.org/10.59614/acief62026258>