

FATORES DE RISCO PARA CÃIBRAS MUSCULARES ASSOCIADAS AO EXERCÍCIO EM MARATONISTAS AMADORES – ESTUDO PILOTO

Autores

Kryslly Danielle de Amorim Cabral(1); Maria Eduarda Ferreira Costa(1); Horianna Cristina Silva de Mendonça(1); Anna Myrna Jaguaribe de Lima(1); Márcia Alessandra Carneiro Pedrosa de Castro(1); Ana Paula de Lima Ferreira(1).

Afiliação

(1) Departamento de Fisioterapia da Universidade Federal de Pernambuco.

Introdução:Ocorrência de câibras em provas de resistência apresentam prevalência de 30-50% em maratonistas.Câibras musculares foram referidas pela primeira vez na década de 30, porém, existem controvérsias sobre fatores de risco relacionados a essas contrações súbitas e involuntárias.**Objetivos:**Determinar fatores de risco para surgimento de câibras musculares associadas ao exercício em maratonistas amadores.**Métodos:**Dois grupos compuseram este estudo piloto, observacional, descritivo e controlado, aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa, CEP: 2.005.880.O Grupo I (GI) foi composto por indivíduos com relato de câibra e Grupo II (GII) por 6 controles, assintomáticos.Considerados critérios de inclusão: voluntários na faixa etária de 18 a 65 anos, ambos os sexos, que já tivessem participado de pelo menos uma maratona nos últimos 12 meses. Aplicado questionário semi-estruturado para caracterizar perfil esportivo, testes de força (dinamometria isométrica) e de flexibilidade (sensor inercial) de membros inferiores. Realizadas coletas de sangue para avaliação de biomarcadores: ureia, creatinina, aspartato aminotransferase, alanina aminotransferase, lactato desidrogenase, creatina - quinase 24 horas antes da realização da Maratona e imediatamente após conclusão.Na análise estatística, nas comparações intragrupo foi utilizado teste T Student, amostras dependentes; nas comparações intergrupo,o teste T Student nas independentes. **Resultados:** No GI (n=7, sexo masculino; n=1, sexo feminino) e no GII (n=5, sexo masculino; n=1, sexo feminino), as médias de idade foram respectivamente (34,2±17,5 e 42,8±12,0), o IMC (GI:23,1±2,1; GII:22,7±2,7). A força muscular do GI apresentou maiores valores de extensão do quadril do que o GII (25,3±6,4 e 17,7±3,1 p=0,021) e de extensão do joelho (37,5±5,4 e 28,6±7,1 p=0,021). Não houve diferença intra e intergrupos com relação à flexibilidade. Em relação aos biomarcadores na comparação intra grupos, todas as variáveis aumentaram após a maratona.Na comparação intergrupos, não houve diferença estatisticamente significativa para os biomarcadores. **Conclusão:** Níveis dos biomarcadores e valores de flexibilidade não foram fatores de risco para o surgimento de câibras musculares associadas ao exercício em maratonistas amadores. No entanto, o desempenho da força muscular durante a extensão do quadril e joelho demonstraram condições de risco para ocorrência de câibra em maratonistas amadores.

Palavras-chaves:

corrida, fatores de risco,câibras musculares