

Impacto do volume de treinamento de corrida sobre a massa óssea em homens

Neiva Leite

Tese Universidade Federal de São Paulo, Escola Paulista de Medicina

Título de Mestre em Reabilitação

1997

Orientador: Prof. Dr. Turíbio Leite de Barros Neto

Co-orientador: Dr. José Augusto Sisson de Castro - UFRGS

Coordenador PG: Prof. Dr. José Roberto B. Jardim

Resumo

Nosso objetivo foi investigar o impacto da corrida sobre a massa óssea em homens. Foram comparadas as densidades ósseas em 20 sedentários, 17 corredores e 19 corredores maratonistas. Todos grupos foram semelhantes em idade (20-38 anos). A densidade mineral óssea (BMD) e o conteúdo mineral ósseo (BMC) foram medidos na região lombar e no fêmur proximal, através de absorciometria de raios x com dupla energia (DPx).

A concentração plasmática de testosterona total foi determinada em cada indivíduo. Não foram encontradas diferenças significativas para BMD e BMC nos 3 grupos. Os maratonistas apresentaram uma correlação negativa na BMD lombar com a capacidade máxima de trabalho e com o VO_2 max. A concentração de testosterona foi similar para todos os 3 grupos e teve uma correlação positiva com BMD lombar. Os dados sugerem que os maratonistas com os melhores níveis de treinamento possam apresentar tendência a diminuição na BMD vertebral. A fisiopatologia não é clara. Pode ser que existam alterações hormonais com o treinamento, mas os hormônios sexuais permanecem não implicados neste processo.

Palavras Chaves: densidade óssea - testosterona - ingesta – sedentários – corredores – maratonistas -homens