

COMPOSIÇÃO CORPORAL E DENSIDADE MINERAL ÓSSEA DE GINASTAS RÍTMICAS BRASILEIRAS EM PREPARAÇÃO PARA OLIMPIADA DE 2020

Lorena Izabel Oliveira de Santana¹

Carolina Aragão Céu Melo²

João Henrique Gomes - CREF:042858-G/SP³

Camila Ferezin⁴

RENATA REBELLO MENDES - CRN:8647⁵

¹Universidade Federal de Sergipe, São Cristóvão, Sergipe, Brasil
E-mail: lorenaizabelnutricao@gmail.com

INTRODUÇÃO: A ginástica rítmica (GR) é uma modalidade esportiva, na qual o biótipo magro é determinante. Por requerer habilidades como coordenação, flexibilidade, equilíbrio, resistência e força, a GR exige muitas horas de treinamento. Esse cenário promove elevada produção de opióides que, juntamente com a magreza, inibem o eixo hipotálamo-hipófise-gônadas, favorecendo o hipoestrogenismo, a diminuição da mineralização óssea (DMO), e, conseqüentemente, o aumento do risco de fraturas. **OBJETIVOS:** Avaliar a composição corporal e a densidade mineral óssea de atletas da Seleção Brasileira de Ginástica Rítmica de Conjunto em preparação para a Olimpíada de 2020. **METODOLOGIA:** Estudo transversal em que foram avaliadas as 10 atletas integrantes da Seleção Brasileira de Ginástica Rítmica de Conjunto, do sexo feminino, com idade média de 17,7±2,4 anos. Para a avaliação da composição corporal e a densidade mineral óssea, foi adotada a Absortometria Radiológica de raio X de Dupla Energia (DEXA), padrão ouro para esta mensuração. A estatística descritiva em valores médios, desvio padrão, mínimo e máximo foi utilizada. O teste de Shapiro-wilk foi aplicado para testar a normalidade dos dados. Uma vez sendo aceita, recorreu-se a correlação linear de Pearson entre composição corporal e densidade mineral óssea. A magnitude da correlação seguiu a classificação: r = 0,10 até 0,30 (fraco), r = 0,40 até 0,60 (moderado) e r = 0,70 até 1,00 (forte). Os dados foram analisados usando SPSS versão 21.0. A significância adotada foi de p≤0,05. **RESULTADOS:** As médias, desvio padrão, mínimo e máximo das atletas foram, respectivamente: peso 51,7±4,6kg, mín.44,1kg, máx.58,2kg; estatura 1,63±0,04m, mín.1,53m, máx.1,69m; IMC 19,4±1,5kg/m², mín.17,3kg/m² máx.22,5 kg/m²; % de Massa Gorda 23,4±5,2, mín.17,4, máx.34,8; % de Massa Magra 76,6±5,2, mín.65,2, máx.82,6; Peso da massa gorda 12,2±3,4 kg, mín.8,7, máx.20,2; Peso da massa magra 39,5±3,5 kg, mín.31,7, máx.43,3; índice de massa gorda (FMI = MG kg/estatura²) 4,6±1,4, mín.3,3, máx.7,8; DMO 1162,0±55,6, mín.1087,0 g/cm², máx.1255,0 g/cm²; DMO Z score 0,6±0,8, mín.0,5, máx.1,8. Segundo os critérios de classificação para o FMI, estabelecido por meio dos valores obtidos no exame de DEXA, 30%(3) das atletas apresentaram severa deficiência de gordura corporal, 40%(4) leve deficiência e 30%(3) gordura corporal normal. A classificação para a DMO esteve normal para 100%(10) da amostra. Não foi encontrada correlação estatística entre composição corporal e densidade mineral óssea quando testada. **CONCLUSÃO:** A partir da avaliação da composição corporal e da densidade mineral óssea foi observado elevada incidência de déficit para massa gorda, no entanto, a DMO esteve mantida para todas as atletas.

PALAVRAS CHAVES: composição corporal, densidade óssea, ginástica