

O EFEITO DE ANTI-INFLAMATÓRIOS NA DOR DE CORREDORES PARTICIPANTES DE 42KM DE TRAIL RUNNING

MICAEL DEIVISON DE JESUS ALVES¹

WALFRAN SILVA SANTOS¹

FELIPE JOSÉ AIDAR (CREF – 001776-G/MG)¹

RAPHAEL FABRICIO DE SOUZA (CREF- 012541-G/PR)¹

email: micael_crvg@hotmail.com

¹Universidade Federal de Sergipe (UFS), São Cristóvão/SE, Brasil.

Palavras-chave: resistência muscular; mialgia; anti-inflamatórios.

INTRODUÇÃO: Ultra corridas e provas de longa duração realizadas em percursos superiores ou igual 42km, apresentam comumente sintomas de dor durante e após a prova¹. O aumento da dor eleva o índice de desistência, empregado por corredores um uso profilático de anti-inflamatórios não esteróides (AINEs) com o objetivo de reduzir a dor e aumentar o rendimento físico. Por outro lado, são inconclusivos, os efeitos dos AINEs para a performance, havendo estudos que apresentaram melhoras nas enzimas de dano muscular e redução do tempo de prova^{2,3} e pesquisas que não resultaram qualquer benefício⁴. **OBJETIVO:** Verificar o efeito do uso profilático do ibuprofeno no desempenho físico e no quadro agudo de dor durante a competição de 42km de *trail running*. **METODOLOGIA:** A pesquisa foi iniciada com 20 corredores do sexo masculino inscritos na prova Desafio 42k – Serra de Itabaiana/SE e encerrada com 12 corredores que concluíram o percurso, ocorrendo 2 desistências por motivo de lesão e 6 desclassificações por ultrapassarem o tempo de corte (9 horas). Os participantes foram divididos em dois grupos: Grupo experimental (GE: n=6; 41,83±9,30 anos, 73,13±14,43 kg, 171,66±10,89 cm, 19,9±6,2 %Gord) que fizeram uso do medicamento ibuprofeno 1 hora antes do início da prova e Grupo controle (GC: n=6; 40,33±9,15 anos, 78,48±9,75 kg, 176,66±6,53 cm, 18,8±4,5 %Gord). A dor foi avaliada conforme a Escala Multidimensional de Avaliação de Dor (EMADOR)⁵, quantificado o tempo total de prova, velocidade média e *pace*. Para verificação da normalidade e homogeneidade da amostra foram realizados os testes de Shapiro-Wilk e Levene respectivamente. Para a comparação entre os grupos foi utilizado o teste T para medidas independentes. Considerado significativos os valores de p>0,05. **RESULTADOS:** Os grupos não apresentaram diferenças estatisticamente significante na escala de dor GE vs GC (4,6±3,2 vs 4,5±2,4 p=0,319), velocidade (1,76±0,26 vs 1,34±0,68 p=0,197), *pace* (09,36±01,35 vs 10,36±1,18 p=0,283), tempo final (06,44±01,11 vs 07,20±58,22 p=0,281). Os grupamentos musculares que apresentaram a maior frequência de dor em ambos os grupos foram: quadríceps anterior e posterior, costas e panturrilha. **CONCLUSÃO:** O uso profilático do ibuprofeno durante provas de longa duração não resultou melhora na performance física e nos quadros agudos de dor dos corredores de *Trail Run*.

REFERÊNCIAS

TEXEIRA, R. N.; LUNARDI, A.; SILVA, R. A.; LOPES, A. D.; CARVALHO, C. R. F. Prevalence of musculoskeletal pain in marathon runners who compete at the elite level. **International Journal of Sports Physical Therapy**, v. 11, n. 1, 2016.

CORREA, C. S.; CADORE E. L.; BARONI, B. M.; SILVA, E. R.; BIJOLDO, J. M.; PINTO, R. S.; KRUEL, L. F. M. Efeito do uso profilático do anti-inflamatório não-esteróide ibuprofeno sobre o desempenho em uma sessão de treino de força. **Revista Brasileira de Medicina no Esporte**, v. 19, n. 2, 2013.

3.MACKEY, A. L.; KJAER, M.; DANDANELL, S.; Mikkelsen, K. H.; HOLM, L.; Døssing, S.; KADI, F.; Koskinen, S. O.; Jensen, C. H.; Schrøder, H. D.; Langberg, H. The influence of anti-inflammatory

medication on exercise-induced myogenic precursor cell responses in humans. **Journal of Applied Physiology**, v 103, n. 2, 2007.

SILVA, E.; PINTO, R. S.; CADORE, E. L.; Krueger, L. F. Nonsteroidal Anti-Inflammatory Drug Use and Endurance During Running in Male Long-Distance Runners. **Journal of Athletic Training**, v. 50, n. 3, 2015.

SOUSA, F. F.; PEREIRA, L. V.; CARDOSO, R.; HORTENSE, P. Escala Multidimensional de Avaliação de Dor (EMADOR). **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 18 n. 1, 2010.