

Estudos do Movimento Humano e Saúde

O EXERCÍCIO FÍSICO AUMENTA AS INFECÇÕES DO TRATO RESPIRATÓRIO SUPERIOR?

João Guilherme Rios Pimenta Fernandes; Cândido Celso Coimbra.

E-mail: joaoguilhermorios@gmail.com

Financiamento: Fapemig, CAPES, CNPq.

Infecções do trato respiratório superior (ITRS) são condições frequentes em atletas de todos os níveis, mas os tipos de exercícios que oferecem um maior risco de IRTS ainda permanecem em debate na literatura. Este trabalho teve o objetivo de analisar os efeitos de diferentes tipos de exercício na produção da imunoglobulina A (IgA) e imunoglobulina G (IgG). Com o propósito de elucidar esse problema, utilizamos como metodologia de pesquisa o sistema PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analysis*), ferramenta utilizada para conduzir revisões sistemáticas e metanálises. Para realizar a coleta de dados foram pesquisadas as bases de dados Pubmed, Web of Science e EMBASE em junho de 2020. Foram usadas como palavras-chaves: *Respiratory tract, Infection, Immune system, Exercise, Physical training, Sport, Exertion, Physical effort, Firefighters and Military*. Foram encontrados 2509 artigos. Foram usados como critérios de exclusão: estudos de revisão, com animais, com crianças, estudos com sujeitos com alguma patologia associada. Após a exclusão de duplicatas (1419), exclusão após leitura dos títulos (516), leitura de resumo (385) e leitura de textos completos (146), foram usados 43 artigos no presente trabalho. O exercício físico agudo aumentou IgA em sujeitos fisicamente treinados (Tamanho de Efeito: TE: 0,68; 95% CI: 0,34 - 1,02), esse efeito foi maior em atletas submetidos a uma prova de ultramaratona (TE: 1,60; 95% CI: 0,20 - 3,01). Porém, atletas submetidos a provas de triathlon não apresentaram aumento de IgA (TE: 0,13; 95% CI: -0,06 - 0,33). Já o treinamento físico diminuiu os níveis de IgA (TE: -0,51; 95% CI: -0,95 - -0,07) e não modificou os níveis de IgG (TE: -0,31; 95% CI: -1,49 - 0,68). O presente estudo indica que após o exercício físico agudo, atletas estão mais susceptíveis à ITRS e que o treinamento crônico não modificou a proteção imunológica contra ITRS.

Palavras-chave: Sistema Respiratório. Treinamento Físico. Sistema Imunológico.