

**EFEITOS DO USO DE PRÉ-TREINOS COMO FATOR DE RISCO PARA
DOENÇAS CARDIOVASCULARES**

Marta Carol Taveira da Silva¹

Edyeuza Alixandrina Ferreira Cordeiro²

Danielle Pereira da Silva³

Antonio Coelho Sidrim⁴

Célida Juliana de Oliveira⁵

A busca por hábitos de vida saudáveis vem se tornando um fator crucial para o bem-estar e a longevidade. O uso de suplementos chamados “pré-treinos” para melhorar o desempenho durante o exercício físico, vem se tornando uma prática recorrente. Mas tem-se observado que o uso desses suplementos pode gerar repercussões sistêmicas, entre elas doenças cardiovasculares. Sob essa perspectiva, buscou-se analisar na literatura os impactos na saúde cardiovascular do uso de suplementos estimulantes em indivíduos praticantes de atividade física. Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, com abordagem qualitativa, realizada em junho de 2023. A busca foi realizada através da Biblioteca Virtual em Saúde, nas bases de dados Medical Literature Analysis and Retrieval System Online e Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde, com os descritores “academias esportivas”, “suplementos dietéticos” e “fatores de risco cardiovascular. Foi realizado o entrecruzamento entre os descritores utilizando o operador booleano “AND”. Não foi estabelecido recorte temporal para inclusão dos artigos, a fim de se abranger o maior quantitativo de publicações. Após os filtros selecionados de texto completo disponíveis na íntegra e temática relacionada ao tema nos idiomas português, inglês e espanhol e excluídos os artigos duplicados, obteve-se um total de nove estudos para a amostra final. Verificou-se que o consumo de suplementos pré-treino pode provocar eventos adversos multifatoriais e apresenta risco para o desencadeamento de doenças cardiovasculares. Dentre os principais efeitos eletrofisiológicos causados pelo consumo de pré-treinos, destacam-se arritmias ventriculares, bem como hipertensão incidente. Análises estratificadas por sexo demonstraram que a creatina plasmática mais alta foi associada a um risco aumentado de hipertensão incidente em homens. Com isso, esses achados implicam um papel potencial do pré-treino na fisiopatologia da doença cardiovascular associada. Contudo, identificou-se que há poucos estudos investigando o impacto da suplementação pré-treino na saúde cardiovascular. Dessa forma, mais pesquisas são necessárias para determinar o impacto da suplementação na saúde vascular. Ademais, torna-se essencial cuidados de enfermagem efetivos, que tenham como base a prevenção de agravos e complicações dos indivíduos que fazem consumo desses estimulantes.

¹ Discente do 6º semestre do curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Regional do Cariri (URCA). Membro do Grupo de Pesquisa e Extensão em Saúde Cardiovascular (GPESCC). Bolsista de iniciação científica. Email: marta.carol@urca.br

² Discente do 7º semestre do curso de Graduação em Enfermagem da URCA. Membro do GPESCC. Bolsista de iniciação científica. Email: edyeuza.cordeiro@urca.br

³ Enfermeira. Mestre em Enfermagem. Email: danielle.pereira@urca.br

⁴ Enfermeiro. Discente do curso de Mestrado Acadêmico em Enfermagem da URCA. Email: antonio.sidrim@urca.br

⁵ Enfermeira. Doutora em Enfermagem. Docente do curso de graduação em Enfermagem da Universidade Regional do Cariri. Líder do GPESCC. Email: celida.oliveira@urca.br

Descritores: Academias esportivas; Suplementos dietéticos; Fatores de risco cardiovascular;

Apoio/Auxílio Financeiro: Fundação Cearense de Apoio ao Desenvolvimento Científico e Tecnológico pelo consentimento de bolsa de iniciação científica.