

ATLETAS FUNDISTAS: AS RESPOSTAS HEMATOLÓGICAS EM FASE PRÉ-COMPETITIVA

SEBASTIÃO DE JESUS POMPEU PINHEIRO DE MENEZES; LUCIAN OLIVEIRA DO ROSÁRIO; RUI DE SOUZA SILVA; CADMO CAIRÊ FARIAS SIMIONE

Introdução: Os atletas praticantes de atividades de alta intensidade, tendem a desenvolver um estresse metabólico quando destinados à treinamentos intensos, o que influencia diretamente no resultado da performance durante a competição. Ademais, estudos relatam que atletas de alto rendimento sofrem adaptações no organismo devido ao treinamento aeróbico intenso, provocando alterações diversas nos parâmetros laboratoriais. Uma vez que, o perfil hematológico é um mecanismo de grande valia para análises do metabolismo durante o esforço físico. As Adaptações fisiológicas associadas às atividades físicas dependem da intensidade e duração do esforço, portanto avaliação prévia do perfil bioquímico e hematológico pode ser um instrumento importante para a análise de estudos ligados ao metabolismo do esforço, já que possibilita a identificação precoce de alterações que possam prejudicar os resultados, a performance física e a saúde de atletas submetidos a estresse. **Objetivos:** O objetivo do presente estudo, é avaliar e descrever os parâmetros hematológicos e bioquímicos de atletas fundistas em período pré-competitivo. **Metodologia:** Consiste em uma revisão bibliográfica realizada nas bases de dados Medline e Lilacs, tendo como foco os artigos que trazem os métodos de treinamento de atletas fundistas e suas alterações hematológicas e bioquímicas decorrentes das rotinas de exercícios intensos. **Resultados:** Os resultados encontrados nos artigos pesquisados indicaram que no período pré-competitivo houve aumento de (6%) no hematócrito e hemoglobina, aumento de trombócitos (8%), leucócitos (12%) e monócitos (21%). Foram encontradas redução da creatinina (18%), glicose (30%), globulinas (43%), colesterol (7%) e lipoproteínas plasmáticas, decorrente dos treinamentos e dietas realizadas para o período de competição. **Conclusão:** Dessa forma, constatou-se que as avaliações hematológicas e bioquímicas dos atletas devem ser realizadas antes do evento de competição, para que assim não ocorra resultados inconsistentes, considerando que a prescrição individualizada pode aumentar as possibilidades de treinamento e aumento da performance.

Palavras-chave: Atletas fundistas, Perfil hematológico, Treinamento, Performance, Exercícios intensos.