



<b>Título:</b>	<b>EFEITOS DO USO CRÔNICO DE ENERGÉTICOS E SUPLEMENTOS PRÉ-TREINO NA SAÚDE CARDIOVASCULAR</b>		
<b>Autores:</b>	João Pedro Halberstadt Priebe Sabrina da Cruz Maidana Camila Funck Giuliana Viecilli Castilhos Beatriz Cassel Corrêa Gabriela Oliveira Araújo Francisco Gedaelisom de Sousa Oliveira Ana Paula Schüncke Lucas Alexandre da Silva Basem Juma Abdalla Abdel Hamid		
<b>Área</b>	<input type="checkbox"/> Humanas <input type="checkbox"/> Sociais Aplicadas <input checked="" type="checkbox"/> Biológicas e da Saúde <input type="checkbox"/> Exatas, da Terra e Engenharias	<b>Dimensão:</b>	<input type="checkbox"/> Ensino <input type="checkbox"/> Pesquisa <input checked="" type="checkbox"/> Extensão <input type="checkbox"/> Inovação
<b>Introdução:</b> O consumo de energéticos e suplementos pré-treino tem crescido significativamente nos últimos anos, especialmente entre jovens e praticantes de atividade física, motivado principalmente pela promessa de melhora no desempenho esportivo. As substâncias contidas nesses produtos atuam de forma a levar a efeitos hemodinâmicos importantes, como elevação da frequência cardíaca, da pressão arterial e da contratilidade miocárdica. Além disso, o consumo contínuo desses produtos está relacionado com a aquisição de arritmias e hipertensão. Considerando a alta prevalência de consumo, torna-se essencial avaliar a relação entre o uso crônico de energéticos e suplementos pré-treino e a saúde cardiovascular. <b>Objetivo:</b> O trabalho tem como objetivo revisar a literatura acerca dos efeitos do uso crônico de energéticos e suplementos pré-treino na saúde cardiovascular.			
<b>Metodologia:</b> Foi realizada uma busca nas bases de dados PubMed e Lilacs, utilizando os Descritores em Ciência da Saúde (DeCS) "Doença Cardiovascular", "Bebidas Energéticas" e "Pré-treino" e seus equivalentes em inglês, interligados pelos operadores booleanos AND e OR. Os critérios de inclusão foram estabelecidos para considerar apenas artigos de acesso livre publicados nos últimos dez anos, nas línguas portuguesa, inglesa e francesa. À análise, descartou-se os trabalhos que não tratavam do tema em questão, resultando em 41 artigos, dos quais 6 foram selecionados para compor o estudo. <b>Principais resultados:</b> Os achados revelam que o uso crônico de energéticos e suplementos pré-treino estão associados a alterações significativas na saúde cardiovascular. Esses produtos possuem em sua composição substâncias como cafeína, taurina, creatina, beta-alanina, sinefrina e arginina, que atuam principalmente estimulando o sistema nervoso simpático e aumentando a liberação de catecolaminas. Pacientes que fizeram uso contínuo de energéticos desenvolveram um aumento da pressão arterial e da frequência cardíaca, além disso, as bebidas energéticas favoreceram a aquisição de problemas como alterações eletrocardiográficas, extrassístole supraventricular, arritmias e isquemia. Paralelamente, é			



perceptível nos pacientes que utilizam suplementos pré-treino continuamente uma predisposição à isquemia, arritmias e doenças cerebrovasculares, com o início dos sintomas tanto logo após ingestão quanto após exercício físico intenso, como a musculação. Como consequência dessas disfunções, ambos os casos demonstraram aumento de troponinas plasmáticas e catecolaminas. Dessa forma, este estudo torna-se relevante tanto em razão da alta prevalência de uso desses produtos, quanto em razão das complicações cardiovasculares inerentes ao seu uso. **Conclusões:** Os resultados indicam que o consumo crônico de energéticos e suplementos pré-treino estão ligados a uma maior incidência de pacientes que desenvolveram aumento da pressão arterial, aumento da frequência cardíaca, alterações eletrocardiográficas, extrassístole supraventricular, arritmias e isquemia, logo após o uso e após atividade física intensa, como a musculação. As substâncias contidas nesses produtos contribuem para esses desfechos clínicos, já que os efeitos combinados desses componentes têm papel principalmente estimulante no sistema nervoso simpático, além de aumentar a liberação de catecolaminas. Portanto, é necessário uma maior compreensão desses mecanismos e de seus efeitos na saúde cardiovascular antes da ingestão de energéticos e suplementos pré-treino.

**Link do Vídeo:**

<https://drive.google.com/file/d/1HCCqZmLvAf7sc8qh2xCTTZ3dDPjuakGL/view?usp=sharing>