



ASSOCIAÇÃO ENTRE O NÚMERO DE SUPLEMENTOS UTILIZADOS E MARCADORES DA FUNÇÃO RENAL EM FREQUENTADORES DE ACADEMIA

Eduarda da Silva Limberger Castilhos¹; Diene da Silva Schlickmann²; Gabriela Cristina Uebel¹, Aline Ales da Luz³, Patrícia Molz⁴, Silvia Isabel Rech Franke⁵

¹ Mestranda do Programa de Pós-graduação em Promoção da Saúde da Universidade de Santa Cruz do Sul.

² Doutora pelo Programa de Pós-Graduação em Promoção da Saúde, Universidade de Santa Cruz do Sul.

³ Nutricionista. Universidade de Santa Cruz do Sul (UNISC), Santa Cruz do Sul–RS, Brasil.

⁴ Pós-doutoranda do Programa de Pós-Graduação em Biociências, Universidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre (UFCSPA), Porto Alegre, Brasil.

⁵ Docente do Programa de Pós-graduação em Promoção da Saúde da Universidade de Santa Cruz do Sul.

Introdução: nos últimos anos, a prática de exercícios físicos tem se expandido significativamente, levando ao aumento do consumo de suplementos alimentares. No entanto, o uso indiscriminado destes produtos pode levar a alterações da função renal. **Objetivo:** investigar a associação do número de suplementos utilizados sobre marcadores da função renal em frequentadores de academia. **Método:** estudo transversal, realizado com frequentadores de academias de Santa Cruz do Sul, com idades entre 18 e 59 anos. Foram excluídos indivíduos com dados incompletos ou se recusaram a realizar a coleta sanguínea. Os participantes preencheram um questionário sobre o uso de suplementos, bem como foram coletadas amostras de sangue para dosagem de creatinina e ureia para avaliar a função renal. O software GraphPad Prism foi utilizado para análise dos dados, utilizando a análise de correlação de Spearman e nível de significância de $p < 0,05$. **Resultados:** avaliou-se 156 indivíduos, com média de idade de $36,9 \pm 13,8$ anos, sendo 59,6% mulheres. O consumo médio de suplementos foi de $1,02 \pm 1,13$, sendo que a maioria dos participantes não utilizava suplementos (44,4%), enquanto 27,3%, 20,7% e 7,6% relataram o uso de pelo menos dois suplementos, um ou mais de três tipos de suplementos, respectivamente. Verificou-se uma correlação positiva entre o número de suplementos utilizados e os níveis séricos de creatinina ($r=0,168$; $p=0,020$) e ureia ($r=0,122$; $p=0,091$). **Considerações finais:** observou-se que o consumo de suplementos foi associado ao aumento dos níveis de creatinina e ureia, sugerindo uma possível sobrecarga da função renal atribuída ao consumo de múltiplos suplementos.

Palavras-chave: Suplementos Nutricionais; Testes de Função Renal; Creatinina; Ureia.