

# Revista Brasileira de Nutrição Esportiva

ISSN 1981-9927 *versão eletrônica*

Periódico do Instituto Brasileiro de Pesquisa e Ensino em Fisiologia do Exercício

[www.ibpex.com.br](http://www.ibpex.com.br) / [www.rbne.com.br](http://www.rbne.com.br)

---

## EDITORIAL

### UTILIZAÇÃO DE PROTEÍNA DO SORO DE LEITE (*WHEY PROTEIN*) E O IMPACTO SOBRE A FUNÇÃO RENAL

O Instituto Brasileiro de Pesquisa e Ensino em Fisiologia do Exercício - IBPEFEX - trabalhando com o objetivo de publicar/ divulgar a produção científica no âmbito da Nutrição e Suplementação Esportiva, nas modalidades, tanto de caráter coletivo como no individual através da Revista Brasileira de Nutrição e Esportiva - RBNE - vem apresentar aos seus colaboradores mais 12 artigos no volume 10 de número 60 do ano de 2016.

Nesse sentido, a Proteína do soro do leite, conhecida também pelo termo em inglês - *whey protein*, possui aspectos nutricionais amplamente estudados ao longo das últimas décadas.

Sabe-se também atualmente que a *Whey Protein* é uma proteína de rápida absorção e que pode estar correlacionada com o estímulo à síntese proteica dos tecidos musculares, devido à elevada concentração de aminoácidos no plasma. Além disso, pode-se destacar que o perfil de aminoácidos da proteína do soro do leite é muito similar ao das proteínas do músculo esquelético, fornecendo quase todos os aminoácidos em proporção análoga às do músculo esquelético, classificando-as como um efetivo suplemento anabólico.

Também é sabido que os altos teores de Aminoácidos de Cadeia Ramificada - *Branched-chain Amino Acids* (BCAAs) da proteína do soro do leite afetam os processos metabólicos da regulação energética, favorecendo o controle e a redução da gordura corporal.

Estudos demonstraram que dietas com maior relação proteína/carboidratos são mais eficientes para o controle da glicemia e da insulina pós-prandial, favorecendo, dessa forma, a redução da gordura corporal e a preservação da massa muscular durante o processo de perda de peso.

Frente aos benefícios apresentados e ao constante trabalho de marketing e propaganda da indústria de suplementos promovem, incentivando-as pessoas ou fazendo-as acreditar que existe a necessidade de complementar sua alimentação diária com suplementos nutricionais, o consumo de *Whey Protein* tem se tornado cada vez mais comum entre a população. Entretanto, estudos têm demonstrado que as dietas com teor aumentado de proteína elevam a taxa de filtração glomerular (TFG) de forma aguda e também após o consumo crônico, em indivíduos com função renal normal, bem como a concentração de ureia, que tem sua excreção controlada pelo rim, podendo também proporcionar uma sobrecarga renal.

Logo, efeitos benéficos à saúde de dietas com altas doses de *Whey Protein* precisam ser verificados frente às alterações que possam ocorrer e prejudicar a função renal, derivada do aumento da taxa de filtração glomerular e da carga ácida renal.

## Revista Brasileira de Nutrição Esportiva

ISSN 1981-9927 *versão eletrônica*

Periódico do Instituto Brasileiro de Pesquisa e Ensino em Fisiologia do Exercício

[www.ibpex.com.br](http://www.ibpex.com.br) / [www.rbne.com.br](http://www.rbne.com.br)

---

Ademais, deve-se ressaltar que usuários da *Whey Protein* ainda não têm total conscientização sobre o conteúdo desse suplemento alimentar, bem como seus benefícios e os efeitos colaterais da sua ingestão.

Desta forma, salientamos que o devido acompanhamento com implementação de programas de educação alimentar juntamente com profissionais da saúde e especialistas, Nutricionista, Nutricionistas Esportivos, Educadores Físico, entre outros, torna-se fundamental como forma de proteção e manutenção da saúde.

Sendo assim, convidamos todos a continuarem colaborando e que submetam suas pesquisas/estudos para a RBNE.

Boa leitura a todos, de mais um número da RBNE.

Cordialmente,

### **Júlio César da Costa Machado**

Pós-Graduado em Nutrição Esportiva, Nutrição Clínica e Funcional-LABORO, Graduado em Nutrição pela Universidade Federal do Maranhão-UFMA, Membro do Laboratório de Fisiologia e Prescrição do Exercício do Maranhão-LAFIPEMA/UFMA.

### **Alanna Joselle Santiago Silva**

Mestranda em Saúde do Adulto e da Criança-PPGSAC/UFMA, Graduada em Educação Física pela Universidade Federal do Maranhão-UFMA, Membro do Laboratório de Fisiologia e Prescrição do Exercício do Maranhão-LAFIPEMA/UFMA.

# Revista Brasileira de Nutrição Esportiva

ISSN 1981-9927 *versão eletrônica*

Periódico do Instituto Brasileiro de Pesquisa e Ensino em Fisiologia do Exercício

[www.ibpex.com.br](http://www.ibpex.com.br) / [www.rbne.com.br](http://www.rbne.com.br)

---

## Editor-Chefe

Prof. Dr. Francisco Navarro (UFMA, Brasil)

## Editor-Gerente

Francisco Nunes Navarro (USP-RP/ IBPEFEX, Brasil)

## Editores Associados

Prof. Dr. Antonio Coppi Navarro (UFMA / IBPEFEX, Brasil)

Prof. Dr. Jonato Prestes (UCB, Brasil)

Profa. Ms. Rafaela Liberali (UFSC, Brasil)

## Revisores Científicos

Prof. Dr. Carlos Alberto Simeão Junior - Centro Universitário Unifafibe, Brasil

Prof. Dr. Claudio Oliveira Assumpção - Universidade Federal do Ceará - UFC, Brasil

Prof. Dr. Charles Ricardo Lopes - Universidade Metodista - Unimep, Brasil

Profa. Dra. Denise Maria Martins - Universidade Estadual de Pernambuco - UPE, Brasil

Prof. Dr. Everson Araújo Nunes - Universidade Federal de Santa Catarina - UFSC, Brasil

Prof. Dr. Gustavo Puggina Rogatto - Universidade Federal de Lavras - UFL, Brasil

Prof. Dr. Gleison Alisson Pereira de Brito - Universidade Federal da Integração Latinoamericana - UNILA, Brasil

Prof. Dr. Luis Paulo Gomes Mascarenhas - Universidade Estadual do Centro-Oeste - Unicentro, Brasil

Profa. Dra. Marcela Meneguello Coutinho - Universidade Presbiteriana Mackenzie, Brasil

Prof. Dr. Milton Rocha de Moraes - Universidade Católica de Brasília - UCB, Brasil

Prof. Dr. Tácito Pessoa de Souza Junior - Universidade Federal do Paraná - UFPr, Brasil

Prof. Dr. Vinícius Fernandes Cruzat - Curtin University - Austrália

Prof. Dr. Waldecir Paula Lima - Instituto Federal de Educação Ciência e Tecnologia - IFSP, Brasil

Prof. Doutorando Rafael Ayres Romanholo - Instituto Federal de Rondônia - IFRO, Brasil

Prof. Ms. Adilson Domingos dos Reis Filho - Núcleo de Aptidão Física, Metabolismo e Saúde - NAFIMES/UFMT, Brasil

Profa. Ms. Elen Cristina Dalquano - Instituto Superior Luterano Bom Jesus - IELUSC, Brasil

## Revisores / Tradutores

Diego Nunes Navarro (UFABC/ IBPEFEX, Brasil)

## Diagramador

Francisco Nunes Navarro (USP-RP/ IBPEFEX, Brasil)