

## O Coração do Atleta

*Alves, C. H.; Baylão, A. C. P.; De Oliveira, C. F.; Do Nascimento, C. M.; Freitas, T.;  
Negrato, G. G. B.*

*UniFOA – Centro Universitário de Volta Redonda, Volta Redonda, RJ.*

Em um ano de Olimpíadas e a dois anos de uma Copa do Mundo no Brasil, uma figura assume papel de destaque na sociedade, na mídia e em estudos, o atleta. Neste trabalho, são abordadas as inúmeras alterações fisiológicas e anatômicas apresentadas pelo coração do atleta, resultantes do treinamento físico intenso e sistemático para melhorar a função desse órgão como bomba. Há um aprimoramento do músculo cardíaco, com a hipertrofia deste, ocasionando aumento de massa e do volume do coração, permitindo um aumento do débito cardíaco e redução das pressões arterial sistólica e diastólica, e também, uma redução da frequência cardíaca, por diminuição do ritmo de acionamento intrínseco do tecido do marca-passo do nodo sinusal. Para a mesma carga de esforço, em relação a um coração sedentário, um coração treinado apresenta menor gasto energético, além de aumento da força de contração, com melhor reserva cardíaca e melhor aproveitamento de oxigênio.

*Palavras-chave: coração, atleta, fisiologia.*

*cacalulubaylao@uol.com.br*