

Fadiga pós Covid e desempenho esportivo: evidências atuais

Post-Covid fatigue and sports performance: current evidence

DOI:10.34119/bjhrv6n5-578

Recebimento dos originais: 25/09/2023

Aceitação para publicação: 25/10/2023

Bruna Oliveira Alves

Graduada em Nutrição

Instituição: Universidade Federal de Goiás

Endereço: 5ª Avenida, s/nº, qd. 42, Setor Leste Universitário, Goiânia - GO, CEP: 74605-010

E-mail: bruna.alvesrb@gmail.com

Gustavo Medeiros Andrade

Graduando em Medicina

Instituição: Universidade Federal de Goiás

Endereço: 5ª Avenida, s/nº, qd. 42, Setor Leste Universitário, Goiânia - GO, CEP: 74605-010

E-mail: gustavomedeiros@discente.ufg

Rafael Abrantes Jacinto

Graduando em Medicina

Instituição: Universidade Federal de Goiás

Endereço: 5ª Avenida, s/nº, qd. 42, Setor Leste Universitário, Goiânia - GO, CEP: 74605-010

E-mail: rafaelabrantes18@hotmail.com

João Henrique Santiago

Graduando em Medicina

Instituição: Universidade Federal de Goiás

Endereço: 5ª Avenida, s/nº, qd. 42, Setor Leste Universitário, Goiânia - GO, CEP: 74605-010

E-mail: joaohenrique@discente.ufg.br

Kaio Henrique Oliveira

Graduando em Medicina

Instituição: Universidade Federal de Goiás

Endereço: 5ª Avenida, s/nº, qd. 42, Setor Leste Universitário, Goiânia - GO, CEP: 74605-010

E-mail: kaio_pontes@discente.ufg.br

Aylton Albernaz Dias

Graduando em Medicina

Instituição: Universidade Federal de Goiás

Endereço: 5ª Avenida, s/nº, qd. 42, Setor Leste Universitário, Goiânia - GO, CEP: 74605-010

E-mail: aylton_albernaz@discente.ufg.br

1 INTRODUÇÃO

O desempenho esportivo está intimamente ligado com a recuperação muscular e com a capacidade cardiorrespiratória do indivíduo, de modo que em uma situação comprometedora dessas funções, é provável que o desempenho seja afetado. Sendo assim, considerando o contexto recente da COVID-19, doença que afeta essas funcionalidades, discutiremos a respeito das evidências atuais da fadiga pós COVID em atletas.

2 OBJETIVOS

A partir de uma revisão integrativa da literatura, objetiva-se elucidar os principais sintomas associados à fadiga pós covid e suas causas mais prevalentes, fatores limitadores do desempenho esportivo em atletas. Além disso, pretende-se compreender o grau de influência da hospitalização, do uso de medicamentos controlados e da ventilação mecânica no aumento da fadiga e na conseqüente diminuição da performance esportiva desses pacientes.

3 METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura. A plataforma de pesquisa foi a PubMed. Utilizaram-se os descritores "covid-19", "sports" e "performance" unidos pelo operador booleano "AND", para busca por título e resumo em inglês, português e espanhol, sem filtro temporal. Foram excluídas temáticas que não abordam os objetivos deste artigo e literaturas de acesso pago. A pesquisa resultou em 26 artigos.

4 RESULTADOS

Dos artigos selecionados, 16 apresentaram resultados estatisticamente significativos sobre fadiga pós covid e desempenho esportivo. Um estudo relatou que pacientes que tiveram covid-19 grave e apresentavam sequelas agudas pós covid, sofriam de fraqueza muscular esquelética e intolerância ao exercício. Os estudos relataram em sua grande parte, que a fadiga é o sintoma mais comum pós covid, seguido de mialgia, dor de cabeça e na lombar. Um estudo comprovou que menor aptidão cardiorrespiratória, menor aptidão física e valor baixo de VO₂ estavam associados com maior gravidade da doença. Um estudo relatou a piora dos sintomas da fibromialgia em pacientes pós covid. Casos críticos da doença estavam associados como um fator para baixa capacidade aeróbica. Dentre esses artigos, 6 abordavam a importância de um programa de reabilitação supervisionado, com treinamento personalizado para melhora da capacidade física, sintomas, fadiga e cognição de pacientes pós covid, sendo uma intervenção eficaz, segura e bem tolerada nesses pacientes.

5 CONCLUSÃO

A doença COVID-19 parece afetar praticantes de atividades físicas principalmente com sintomas clínicos, como anosmia, ageusia, mialgia e fadiga. Sintomas persistentes, como anosmia, ageusia, tosse esporádica e mialgia, também podem estar presentes nesses atletas, sendo a fraqueza muscular e a intolerância ao exercício o principal sintoma. Em especial devido a diminuição das funções respiratórias, em decorrência da infecção prévia, a base de evidências atuais sugerem redução da capacidade de geração de força, a diminuição da ativação neural, atrofia da fibra, a necrose, a fibrose e as alterações no fluxo sanguíneo e na função metabólica. Ademais a hospitalização desses pacientes, com o uso de medicações controladas e processos mecânicos de ventilação podem aumentar o quadro de fadiga e atrofia muscular esquelética. Por fim, evidentemente, estudos futuros com abrangências maiores e de diferentes origens genéticas são necessários para desvendar completamente a assinatura molecular das alterações pulmonares e musculares esqueléticas relacionadas à Covid-19 e sua patogenicidade.

Palavras-chave: fadiga, desempenho atlético, COVID-19.

REFERÊNCIAS

Astin, R., Banerjee, A., Baker, M. R., Dani, M., Ford, E., Hull, J. H., Lim, P. B., McNarry, M., Morten, K., O'Sullivan, O., Pretorius, E., Raman, B., Soteropoulos, D. S., Taquet, M., & Hall, C. N. (2023). Long COVID: mechanisms, risk factors and recovery. **Experimental physiology**, 108(1), 12–27.

Daynes E, Gerlis C, Chaplin E, Gardiner N, Singh SJ. Early experiences of rehabilitation for individuals post-COVID to improve fatigue, breathlessness exercise capacity and cognition - A cohort study. **Chron Respir Dis**. 2021.

Jimeno-Almazán A, Franco-López F, Buendía-Romero Á, Martínez-Cava A, Sánchez-Agar JA, Sánchez-Alcaraz Martínez BJ, Courel-Ibáñez J, Pallarés JG. Rehabilitation for post-COVID-19 condition through a supervised exercise intervention: A randomized controlled trial. **Scand J Med Sci Sports**. 2022.

Komici K, Bianco A, Perrotta F, Dello Iacono A, Bencivenga L, D'Agnano V, Rocca A, Bianco A, Rengo G, Guerra G. Clinical Characteristics, Exercise Capacity and Pulmonary Function in Post-COVID-19 Competitive Athletes. **J Clin Med**. 2021 Jul 9;10(14):3053.

Schwendinger F, Knaier R, Radtke T, Schmidt-Trucksäss A. Low Cardiorespiratory Fitness Post-COVID-19: A Narrative Review. **Sports Med**. 2022 Sep 17:1–24.

Soares MN, Eggelbusch M, Naddaf E, Gerrits KHL, van der Schaaf M, van den Borst B, Wiersinga WJ, van Vugt M, Weijs PJM, Murray AJ, Wüst RCI. Skeletal muscle alterations in patients with acute Covid-19 and post-acute sequelae of Covid-19. **J Cachexia Sarcopenia Muscle**. 2022 Feb;13(1):11-22.