



Prática de basquetebol e ganhos de densidade óssea entre adolescentes: 18 meses de seguimento

Rodrigues-Junior, M.; Agostinete, R.R.; Ribeiro-dos-Santos, M.; Luiz-de-Marco, R.; Lynch, K.; Fernandes, R.A.

Universidade Estadual de São Paulo, UNESP, Presidente Prudente - SP

A melhora da saúde óssea na infância e adolescência incluem recomendações de prática de exercícios físicos que gerem sobrecarga mecânica sobre o osso e sejam realizadas em intensidades moderada e vigorosa. Nesse sentido, diferentes modalidades esportivas, como o basquetebol, englobam essas características. Embora a prática esportiva seja um hábito bastante prevalente em crianças e adolescentes em todo o mundo, poucos estudos investigam seus efeitos no crescimento e desenvolvimento ósseo de crianças e adolescentes, especialmente comparando diferentes tipos de modalidades esportivas. Assim, o objetivo do presente estudo foi comparar ganhos de densidade mineral óssea (DMO) de corpo inteiro num intervalo de 18 meses em adolescentes inativos e praticantes de natação e basquete. A amostra foi composta por 31 adolescentes do sexo masculino com média de idade de $14,0 \pm 1,6$ anos. Grupos foram compostos de acordo com prática esportiva, como segue: controle (n= 12), natação (n= 11) e basquetebol (n= 8). Avaliação de DMO de corpo inteiro foi realizada pela Absortimetria de Raio-X de dupla energia (DEXA) e comparações foram estabelecidas entre a linha de base e após 18 meses de seguimento. A análise estatística foi composta pelo teste de análise de covariância (post-hoc de Bonferroni) com ajuste por sexo, idade, maturação biológica (PVC linha de base) e massa magra (linha de base). Todas as análises foram realizadas no software BioStat (versão 5.0). Ao longo do seguimento o grupo controle apresentou ganho de 6,6% [IC95%: 4,2% a 9,0%] na DMO de corpo inteiro, natação 7,4% [IC95%: 4,9% a 9,8%] e basquetebol 14,4% [IC95%: 11,8% a 16,9%]. Ao se comparar variação percentual ($\Delta\%$) de DMO de corpo inteiro entre linha de base e após 18 meses entre grupos, foi verificada diferença significativa entre controle vs. basquetebol [p-valor = 0,003] e basquetebol vs. natação [p-valor = 0,007], mesmo após ajuste por fatores de confusão. Não foi verificado diferença significativa entre grupo controle e natação [p-valor = 1,000]. Esses resultados mostram que a prática de esportes de impacto como o basquetebol, durante a adolescência, levam a aumento de DMO de corpo inteiro quando comparado ao grupo controle e nadadores após 18 meses. Apoio: CNPq.

E-mail: mario_edf@outlook.com