

FATORES DE RISCO RELACIONADOS À TRÍADE DA MULHER ATLETA E SUA PREVALÊNCIA

Camila Lais Neres da Silva Leles, camila.lns1@discente.ufma.br¹,
Ana Beatriz Freire Nogueira Lopes¹,
Isadora Cristina Barbosa Lopes¹,
José Victor Teixeira da Cunha França¹,
Rossana Vanessa Dantas de Almeida Marques².

1. Acadêmicos do curso de medicina da Universidade Federal do Maranhão,
2. Docente do curso de medicina da Universidade Federal do Maranhão.

RESUMO

INTRODUÇÃO: A tríade da mulher atleta é um conjunto de disfunções no organismo caracterizada por transtornos alimentares, amenorréia e baixa densidade óssea. É decorrente da baixa disponibilidade energética (BDE) - causada pela desproporção entre a prática de exercícios e a ingestão calórica. **OBJETIVO:** Realizar uma revisão de literatura, a fim de investigar os fatores de risco relacionados à tríade da mulher atleta e sua prevalência no grupo de abrangência. **MÉTODOS:** Trata-se de uma revisão de literatura integrativa realizada a partir da seleção de 8 referências encontradas nas bases de dados PubMed e BVS por meio dos descritores: (female athlete triad) AND (risk factors) AND (prevalence), sem restrições de data e idioma. **REVISÃO DE LITERATURA:** Os estudos escolhidos envolveram indivíduos com idades entre 13-39 anos, com tamanho de amostras variando entre 15-3613. Os estudos objetivavam avaliar os aspectos principais da tríade, por meio de diferentes métodos dependendo dos fatores de risco. Ao analisar os distúrbios alimentares, o questionário Eating Disorder Examination Questionnaire foi o mais utilizado; a amenorreia e as disfunções menstruais foram examinadas por meio de questionários sobre o tema e revisão de histórico médico; os índices de densidade óssea foram coletados mediante a realização do exame “dual-energy X-ray absorptiometry”. Acerca da disponibilidade de energia foram utilizados marcadores antropométricos, como Índice de Massa Corporal, análises dos hábitos alimentares e dos gastos calóricos associados às atividades físicas e cotidianas. O déficit calórico e a BDE apresentaram-se como os maiores fatores de risco observados nas atletas associadas aos esportes que priorizam a estética corporal, como a ginástica. Esse fator contribui para o desenvolvimento de transtornos alimentares, como a anorexia. Ademais,

a alimentação inadequada é correlacionada às disfunções menstruais, visto que altera as funções fisiológicas do corpo e acarreta desequilíbrios endócrinos. Dentre os critérios observados, a baixa densidade óssea mostrou uma menor prevalência, uma vez que a sua expressão depende, na maioria das vezes, da gravidade dos outros aspectos da tríade. Além disso, vale ressaltar a relevância da manifestação dos sintomas em pessoas consideradas “não atletas”, sobretudo, os transtornos alimentares causados pela pressão estética direcionada às mulheres. **CONCLUSÃO:** Evidencia-se que as disfunções da tríade da atleta feminina não ocorrem de forma simultânea, mas quando se expressam acarretam consequências negativas para a qualidade de vida das mulheres. Dessa forma é importante a realização de ações de prevenção, por intermédio da orientação aos treinadores e aos familiares a respeito dos riscos da tríade.

Descritores: Síndrome da Tríade da Mulher Atleta; Deficiência Relativa de Energia no Esporte; Amenorreia; Osteoporose.