

MedSport: Liga Acadêmica de Medicina do Esporte da UFPel

LUIZ PAULO DE OLIVEIRA FERREIRA¹; SÍLVIA DE LUCENA SILVA ARAÚJO²;
VINÍCIUS STUDZINSKI DA SILVA³, DARIO CORREIA PEREIRA⁴; FABRÍCIO
BOSCOLO DEL VECCHIO⁵

¹*Universidade Federal de Pelotas – luiszpolof@gmail.com*

² *Universidade Federal de Pelotas – silvialucena.araujo@gmail.com*

³*Universidade Federal de Pelotas – vinicius.1506@hotmail.com*

⁴ *Universidade Federal de Pelotas – copedario@gmail.com*

⁵*Universidade Federal de Campinas – fabricioboscolo@gmail.com*

1. INTRODUÇÃO

Aproximadamente 5 milhões de pessoas morrem por ano em decorrência da inatividade física (LEE et al., 2012), sendo que ela e o baixo nível de condicionamento físico são fatores de risco para mortalidade prematura tão relevantes quanto o fumo, a dislipidemia e a hipertensão arterial (HAS). Estudos epidemiológicos demonstram forte relação entre inatividade física e presença de fatores de risco cardiovascular como HAS, resistência à insulina, diabetes, dislipidemia e obesidade (CIOLAC et al., 2004). Além disso, o sedentarismo está associado a declínio cognitivo, e pessoas fisicamente inativas apresentam maior propensão ao desenvolvimento de demência na terceira idade (ANTUNES et al., 2006). Dessa forma, a atividade física é considerada fator de proteção para doenças crônicas-degenerativas e metabólicas mais prevalentes no mundo (LUCES et al., 2013), além de reduzir riscos de disfunções mentais e demência em idosos (ANTUNES et al., 2006). Dessa forma, ela se constitui como um importante, efetivo e impactante fator de proteção primária e secundária de saúde.

No entanto, o baixo nível ou a inatividade física são preocupantes em todo o mundo. As prevalências de inatividade física verificadas em pessoas adultas de diversos países, em 2008, foram acima de 10%. No Brasil, 61% das pessoas são fisicamente inativas no lazer (ZANCHETTA et al., 2010). Em 2011, em média, uma em cada cinco pessoas no mundo foram consideradas fisicamente inativas, sendo a inatividade física mais prevalente em países urbanizados, entre mulheres e idosos (POLISSENI et al., 2014). Em contrapartida, a posição da Sociedade de Medicina do Esporte é de que a atividade física deve ser incentivada e estimulada para a preservação da saúde, por meio de iniciativas tanto do poder público quanto do privado (ANTUNES et al., 2006). Nesse contexto, o estudo da Medicina Esportiva se apresenta como um dos mais importantes no meio acadêmico, tanto para promover a prevenção de doenças, quando para o tratamento destas e melhora da qualidade de vida.

No cenário brasileiro são mais de 230 cursos de Medicina em funcionamento, de acordo com dados do Ministério da Educação e Cultura. Em tal contexto, apenas 12% destes cursos apresentam conteúdos relacionados à atividade física ou ao exercício físico (DOURADO, 2015). Assim, além da adequação de currículos para abordagem desta temática relevante, iniciativas complementares – como projetos de ensino, pesquisa e extensão – que abordem o assunto podem contribuir para a redução das barreiras associadas à incorporação do conhecimento e aplicação na promoção da saúde individual e coletiva.

Neste contexto, insere-se a criação da Liga Acadêmica de Medicina do Esporte da UFPel, com vistas a contribuir na formação de médicos, no que tange

ao conhecimento da atividade física de promoção da saúde, de lazer (como prática recreacional) ou ocupacional, realizada por esportistas de diferentes níveis competitivos. Dessa forma, a Liga tem por objetivos fomentar o estudo de acadêmicos do curso de Medicina da UFPel em temas relacionados à atividade física, exercício físico, aptidão física e esporte.

2. MATERIAIS E MÉTODOS

Um grupo formado por cinco acadêmicos de Medicina, com desejo comum em obter melhor abordagem do estudo em Medicina do Esporte e acesso à pesquisa na área, se reuniu em busca de orientação com professor doutor em Educação Física pela Universidade Estadual de Campinas, o qual se dispôs a coordenar a criação da Liga Acadêmica de Medicina Esportiva da UFPel (MedSport).

Em janeiro de 2017 foram formalizados os registros da Liga pelo sistema online da UFPel, o Cobalto, como categoria de “projeto de Ensino”, e os estudantes providenciaram a normatização da Liga nos moldes das regras gerais das Ligas Acadêmicas. Para tanto, os acadêmicos fundadores coordenaram o processo seletivo de novos membros por meio de prova escrita, a qual resultou na inserção de mais 13 alunos, totalizando 18 acadêmicos membros oficiais da MedSport. Também foi desenvolvido o Estatuto da Liga com as regras do projeto, estabelecendo compromissos, metas e limites de faltas aos integrantes.

Em novembro de 2017 foi realizada nova seleção onde oito novos acadêmicos foram selecionados. E com a desistência de 12 membros antigos, a MedSports ficou com montante de 13 membros.

O funcionamento, periodicidade e projetos de Pesquisa da Liga são determinados em conjunto entre todos os membros da Liga e o professor coordenador, na primeira reunião de cada semestre.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Ficou acordado entre todos membros oficiais da Liga que os encontros seriam semanais, todos sob orientação do professor-coordenador. As reuniões, portanto, ocorrem com uma sequência de três atividades consecutivas: 1) aulas com o professor-coordenador com introdução de conceitos acerca de Medicina Esportiva (temáticas sobre atividade física, aptidão física, exercício físico e parâmetros para prescrição do exercício físico); 2) professores convidados ministram palestras abordando temas de interesse acadêmico, havendo em 2017 a presença de dois convidados externos; e 3) apresentação de seminários pelos membros acadêmicos sobre o desenvolvimento de suas pesquisas.

Desta forma, todos alunos ficam encarregados de participar de, ao menos, um dos projetos de pesquisa científica, os quais foram discutidos e escolhidos pelos membros do grupo e o professor-coordenador. Este, por sua vez, disponibilizou-se a orientar todos os grupos de pesquisa, realizando encontros periódicos com cada um dos grupos, em horários marcados para além do período das reuniões semanais.

Em novembro de 2017 foi ministrada uma Aula Aberta no auditório da Faculdade de Medicina da UFPel, com a presença de cerca de 70 alunos de diversos cursos das áreas da saúde, com a presença dos palestrantes Dr. Fabrício Boscolo Del Vecchio, sobre “Obesidade Metabolismo e Exercício”, e Dr. André Guerreiro, sobre “Fraturas por Estresse”, com duração de 2h.

No atual 2º semestre de 2018, a MedSport apresenta seis projetos de pesquisa em atividade, sendo parte dos trabalhos baseados na coleta de dados primários e parte por dados secundários. Dentre os trabalhos que estão sendo desenvolvidos, destacam-se as pesquisas de dados primários: “A prevalência de dor lombar e nível de atividade física em estudantes de Medicina” e “Perfil eletrocardiográfico de acadêmicos da UFPel atletas de Taekwondo amador e profissional”. E entre as pesquisas desenvolvidas acerca de dados secundários, os trabalhos que se destacam são: “O papel do exercício físico na diminuição nas moléculas inflamatórias em indivíduos obesos” e “Perfil cardíaco de usuários de Esteroides Anabolizantes Androgênicos”.

Outrossim, em agosto de 2018, foi realizada a I Jornada de Medicina Esportiva da UFPel, organizada no Complexo DC (Figura 1), localizada no bairro Fragata, na cidade de Pelotas. O evento contou com a presença de mais de 400 participantes, sendo 30% deste público vindo de outros Estados do país. Foram ministradas um total de 10 horas de palestras e 6 cursos proferidos por médicos, fisioterapeutas, educadores físicos e nutricionistas de todo Brasil.

Dentre os palestrantes de grande destaque no evento, contamos com o coordenador da Liga MedSport, Fabrício Boscolo del Vecchio; o professor Dr. Ricardo Andrade de Oliveira, assistente de Clínica Médica da Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ) e membro da Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia (SBEM), da Sociedade Européia de Endocrinologia e da Sociedade Americana de Diabetes e Federação Mundial de Obesidade; o médico nutrólogo Murillo Brandão Junior, membro da Sociedade Americana de Medicina Esportiva, o geneticista e acadêmico de Farmácia Adam Abbas os nutricionistas Matheus Silvestre, formado pela Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC) e mestre em Bioquímica e Biologia Molecular e Michael Alexandre formado pela FMU Complexo Educacional e pós graduação em Nutrição Esportiva pelo Grupo de Nutrição Humana LTDA. , os fisioterapeutas Túlio de Menezes, especialista em Fisioterapia Esportiva pela Sonafe e ex-fisioterapeuta do clube CSKA de Moscou e Felipe Nakagawa formado pela Universidade Católica de Pelotas, Osteopata pela Escola de Osteopatia de Madrid, fisioterapeuto do SOGIBA e Confederação Brasileira de Atletismo.



Figura 1- I Jornada de Medicina Esportiva

4. CONCLUSÕES

Considerando o processo de morbi-mortalidade decorrente da inatividade física e da sua expressiva importância como fator protetor das mais prevalentes doenças crônico-metabólicas do mundo, capacitar futuros médicos a dialogarem sobre atividade física com usuários do Serviço Único de Saúde (SUS) e atendidos em clínicas particulares, poderá contribuir para modificação dos níveis populacionais de inatividade física e melhora. Ademais, o domínio sobre conceitos e definições acerca do treinamento esportivo também auxiliará na melhor compreensão das respostas agudas e crônicas ao exercício físico, bem como controle da carga de treino, que poderá auxiliar na redução da incidência de lesões desportivas.

Sobretudo, a Liga de Medicina Esportiva da UFPel possibilita aos alunos membros contato direto com orientação, supervisão e aprendizado em pesquisa científica, para além das atividades curriculares oferecidas pela Universidade de Medicina, além de capacitar o desenvolvimento de habilidades em grupo e o diálogo interdisciplinar entre Medicina, Nutrição, Fisioterapia e Educação Física.

5. REFERÊNCIAS

- 1)** LEE, M.; SHIROMA, E.J.; LOBELO, F.; PUSKA, P. et al. Effect of physical inactivity on major non-communicable diseases worldwide: an analysis of burden of disease and life expectancy. *Lancet*. Published online, v.380, p.219–229, 18 de julho 2012.
- 2)** CIOLAC, E.G.; GUIMARÃES, G.V. Exercício físico e síndrome metabólica – artigo de revisão. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**. São Paulo, v.10, n.04, p.319-324, Jul/Ago de 2004.
- 3)** LUCES, C.F.; GARATACHEA, N.; BERGER, N.A.; LUCIA, A. Exercise is the Real Polypill. **PHYSIOLOGY (American Physiological Society Journal)**. v.28, n.05, p.330–358, Set de 2013.
- 4)** ANTUNES H.K.M.; SANTOS, R.F.; CASSILHAS, R.; SANTOS, R.V.T.; BUENO, O.F.A. e MELLO, M.T. Exercício físico e função cognitiva: uma revisão. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**. São Paulo, v.12, n.02, p.108-114, Mar/Abr de 2006.
- 5)** ZANCHETTA, L.M.; BARROS, M.B.A.; CÉSAR, C.L.G.; CARANDINA, L.; et al. Inatividade física e fatores associados em adultos, São Paulo, Brasil. **Revista Brasileira de Epidemiologia**. São Paulo, v.13, n.03, p.01-13, Set. 2010.
- 6)** POLISSENI, M.L.C.; RIBEIRO, L.C. EXERCÍCIO FÍSICO COMO FATOR DE PROTEÇÃO PARA A SAÚDE EM SERVIDORES PÚBLICOS. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**. São Paulo, v.20, n.05, p.340-344, Set/Out de 2014.
- 7)** DOURADO, A.A.T. **O ensino da atividade física para a saúde no currículo dos cursos de medicina: o panorama brasileiro**. 2015. 98p. Dissertação de Mestrado – Programa de Pós-Graduação em Educação Física, Universidade Federal de Pelotas, Pelotas/RS.