



Diferenças de densidade mineral óssea entre meninos e meninas: importância da prática esportiva

De Marco, R.L., Turi-Lynch, B.; Ito, I.H.; Agostinete, R.R.; Venegas, S.M.; Fernandes, R.A.

Palavras Chave: Adolescentes, massa muscular, atividade física.

A saúde óssea é de extrema importância não apenas para o indivíduo, mas também para sociedade, pois doenças do tecido ósseo impõem consequências severas para ambos. Considerando a osteoporose, sua ocorrência é superior entre mulheres e justificativas para este padrão de risco são sustentadas por eventos que ocorrem durante a adolescência. Assim, o objetivo do presente estudo foi verificar quais são as variáveis determinantes para o aumento da densidade mineral óssea (DMO) na adolescência entre meninos e meninas. A pesquisa teve delineamento transversal e foi conduzida na cidade de Presidente Prudente, SP. A amostra foi composta por 66 adolescentes, com idade entre 11 a 17 anos, de ambos os sexos (33 meninos e 33 meninas). Os adolescentes foram pareados (1 menino / 1 menina) por idade cronológica e envolvimento em modalidade esportiva (engajamento em apenas uma modalidade esportiva nos últimos 12 meses), como segue: grupo controle (9 pares; n= 18), natação (9 pares; n= 18) e futebol/lutas (15 pares; n= 30). A maturação biológica foi estimada utilizando medidas antropométricas por meio do pico de velocidade de crescimento. Densitometria óssea foi usada para estimar DMO total, membros inferiores, membros superiores, espinha [expressas em g/cm^2] e massa muscular (kg). Comparações entre os sexos foram ajustadas por fatores de confusão (sexo, maturação biológica, massa muscular, prática esportiva e consumo de vitamina D) utilizando a análise de covariância (ANCOVA). A explicação de cada uma das variáveis no modelo multivariado foi expressa em valores de eta-squared (medida de *effect-size*). Todos os procedimentos estatísticos foram realizados no software BioEstat (versão 5.0) e o valor de significância previamente fixados em $p < 0,05$. Como resultados tivemos que meninos apresentaram maior DMO na região das pernas do que meninas (meninos = 1.119 ± 0.132 ; meninas = 1.058 ± 0.110 ; p-valor = 0.046). Quando as comparações foram analisadas por fatores de confusão, foi encontrado que 7,5% da variância observada na DMO de braços foi explicada pelo sexo, 36,5% pela massa muscular e 16,2% pela prática esportiva. Para DMO de espinha, 12,8% da variância observada foi explicada pelo sexo, 32,6% pela massa muscular e 8,5% pelo esporte. Para DMO de pernas, 31,6% da variância observada foi explicada pela massa magra e para DMO de corpo inteiro tivemos influência significativa de massa magra (27,7%). Em resumo, conclui-se que o esporte tem peso significativo nas diferenças de densidade óssea entre meninos e meninas, as quais parecem ser justificadas por seu impacto na massa muscular.

E-mail: rafaelluizdemarco@gmail.com