

## **MORTE SÚBITA: DISFUNÇÕES CARDIOVASCULARES EM JOVENS ATLETAS**

**Juliana Maria de Freitas<sup>1</sup>, Eunália de Freitas Rodrigues<sup>2</sup>, Ana karolina Araújo Silva<sup>3</sup>, Lyrlanda Maria Cavalcante de Almeida<sup>4</sup>**

1 Centro universitário INTA/UNINTA, ([julianafhz@gmail.com](mailto:julianafhz@gmail.com))

2 Centro universitário INTA/UNINTA, ([eunalia95@gmail.com](mailto:eunalia95@gmail.com))

3 Centro universitário INTA/UNINTA ([anakarolina\\_silva.10@hotmail.com](mailto:anakarolina_silva.10@hotmail.com))

4 Centro universitário INTA/UNINTA ([lyrlanda97@gmail.com](mailto:lyrlanda97@gmail.com))

**INTRODUÇÃO:** A morte súbita que acomete o atleta durante a atividade física é um evento raro, mas que causa grande impacto na população sempre que é divulgada na mídia. **OBJETIVO:** Identificar as principais causas cardiovasculares de morte súbita em atletas com idade inferior a 30 anos. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma revisão narrativa que se operacionalizou por meio de uma busca sistematizada., realizada no período de março a maio de 2021, nas bases de dados virtuais: National Library of Medicine (MEDLINE – Pubmed), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Scientific Electronic Library Online (SciELO). Foram incluídos estudos em inglês e português, publicados a partir de 2015, que retratavam as causas cardiovasculares de morte súbita em atletas com menos de 30 anos. **RESULTADOS:** Foram considerados três artigos relevantes para a pesquisa que evidenciaram que as principais causas de morte súbita em atletas jovens (<30 anos) são frequentemente associadas a alterações estruturais do miocárdio, sendo a miocardiopatia hipertrófica caracterizada pela hipertrofia concêntrica do ventrículo esquerdo a principal causa; seguida por anormalidades congênitas das coronárias, aterosclerose, síndrome de marfan, doença aterosclerótica coronariana, prolapso da válvula mitral e miocardite. **CONCLUSÃO:** Pôde-se concluir com os resultados desta revisão que o exercício físico – normalmente ligado aos conceitos de saúde, prazer e bem-estar – pode, em alguns casos, ser um fator coadjuvante somado à comorbidades específicas para o desequilíbrio anatomo-fisiológico do coração, o que contribui para o desenvolvimento de eventos súbitos do miocárdio e, a consequente morte súbita. Apesar de importante para a manutenção da saúde, um programa regular de exercícios físicos é necessário, porém, este deve ser executado de forma segura e supervisionada por profissionais competentes que possam avaliar, não somente a execução do exercício, mas avaliar o grau de risco cardíaco daqueles indivíduos.

**Palavras-chave:** Morte súbita; Causas de morte; Esporte.

**Área Temática:** Tema livre

**Modalidade:** Resumo expandido

## 1 INTRODUÇÃO

A morte súbita é conceituada como a morte que ocorreu de modo inesperado, instantaneamente ou não, e/ou a morte que ocorre de seis a 24 horas após a prática de uma atividade física desportiva. Essa situação que acomete o atleta durante a atividade física é um evento raro, mas que causa grande impacto na população sempre que é divulgada na mídia, isso ocorre pelo fato de os atletas serem considerados como o segmento da sociedade mais saudável, em que se tem a crença de que as qualidades atléticas desses são um reflexo de seu estado de saúde (CUESTA, et al. 2020).

Os eventos esportivos apresentaram um crescimento assustador nos últimos anos e conseqüentemente notícias da morte de jovens atletas acabaram sendo evidenciado na mídia. Esse público normalmente é atrelado a uma qualidade de vida, alimentação saudável e a pratica regular de esportes, surgindo assim a necessidade de pesquisar sobre a temática e entender porque pessoas tão jovens e adeptos de uma vida saudável estavam sendo expostos a acontecimentos como a morte súbita (MARON, et al. 2016).

Pessoas envolvidas em atividades competitivas intensas têm risco relativo de morte súbita quase duas vezes maior que pessoas de mesma idade e não-atletas (HELAL, L. et al. 2018). Quando identificamos precocemente as causas podemos traçar medidas de prevenção e evitar que agravos como esse se tornem ainda mais comum.

Este trabalho tem como objetivo identificar as principais causas cardiovasculares de morte súbita em atletas com idade inferior a 30 anos.

## 2 MÉTODO

A presente pesquisa trata-se de uma revisão narrativa que se operacionalizou por meio de uma busca sistematizada com abordagem qualitativa. A coleta dados foi realizada no período que compreende março a maio de 2021, na base de dados National Library of Medicine (MEDLINE – Pubmed), Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Scientific Electronic Library Online (SciELO). Baseando-se nos seguintes descritores em Ciências da Saúde (DeCS): ‘Morte súbita’ and ‘causas de morte’ and ‘esporte’. Essa etapa da construção de conhecimento se dá a partir da busca por obras que possam ser utilizadas na elaboração de um estudo, sendo ainda a utilização de palavras-chaves identificadas para essa procura.

Foram utilizados como critérios de inclusão, artigos em Português e Inglês, artigos a partir de 2015, artigos disponíveis na íntegra, acessíveis e em sites confiáveis e gratuitos e que retratavam as causas cardiovasculares de morte súbita em atletas com menos de 30 anos. Como critérios de exclusão foram descartados teses e dissertações, artigos incompletos e resumos publicados em anais de eventos.

Para a avaliação dos estudos, foram realizadas leituras exaustivas dos artigos na íntegra, realizado fichamentos destacando os pontos mais relevantes para a construção da pesquisa e em seguida uma síntese dos resultados e das recomendações/conclusões a que chegaram cada estudo.

Em seguida, foi utilizado a escala PEDro para avaliar a qualidade metodológica dos artigos selecionados para esta revisão. A pontuação varia de 0 a 10, com base em 11 critérios (Especificação dos critérios de inclusão, alocação aleatória, sigilo na alocação, similaridade entre grupos no pré-tratamento, sujeitos cegos, terapeutas cegos, examinadores cegos, follow-up de pelo menos 85% dos participantes, análise da intenção de tratar, comparações estatísticas entre os grupos e relato das medidas de variabilidade e estimativa dos parâmetros de pelo menos uma variável primária).

### **3 RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Inicialmente os seguintes artigos foram identificados: SciELO (n= 09, Medline (n =5); LILACS (n=8) totalizando 22 artigos. Destes artigos, 10 foram pré-selecionados através da leitura dos títulos e resumos, considerando os critérios de inclusão e exclusão estabelecidos na metodologia. Após a análise final 3 artigos que foram considerados relevantes para a pesquisa.

As pesquisas evidenciaram que as principais causas de morte súbita em atletas jovens (<30 anos) são frequentemente associadas a alterações estruturais do miocárdio, sendo a miocardiopatia hipertrófica caracterizada pela hipertrofia concêntrica que ocorre com mais frequência no ventrículo esquerdo a principal causa de morte súbita em jovens atletas, sendo encontrada em 100% dos estudos (SEMSARIAN, et al. 2015).

A morte súbita cardíaca em atletas atinge uma faixa etária ampla, que varia desde jovens atletas até indivíduos com mais de 35 anos. Os portadores de cardiomiopatia hipertrófica são, em sua maioria, totalmente assintomáticos, o que torna a morte súbita comumente a primeira manifestação clínica da doença (HELAL. al. 2018).

A atividade física regular aprimora a função cardiovascular e proporciona um efeito protetor na prevenção de doenças cardíacas. Atletas ao participarem de uma competição ou treino exaustivo podem sofrer várias modificações fisiológicas e muitas pessoas podem ter doenças cardiovasculares, muitas vezes sem sintomas, sendo um risco para a prática de exercícios físicos de alta intensidade, sendo fundamental, especialmente em atividades mais intensas o acompanhamento profissional e a realização exames ((MARON, et al. 2016).

Outras causas identificadas foram as anormalidades congênitas das coronárias, aterosclerose, síndrome de marfan, doença aterosclerótica coronariana, prolapso da válvula mitral e miocardite. Uma vez que o exercício físico intenso pode aumentar o risco deste agravo, todos que desejam praticar atividades físicas vigorosas devem antes fazer os exames adequados e serem acompanhados por uma equipe multiprofissional (CUESTA. et al. 2020).

#### 4 CONCLUSÃO

Pôde-se concluir com os resultados desta revisão que o exercício físico normalmente ligado aos conceitos de saúde, prazer e bem-estar pode, em alguns casos, ser um fator coadjuvante somado à comorbidades específicas para o desequilíbrio anatomo-fisiológico do coração, o que contribui para o desenvolvimento de eventos súbitos do miocárdio e, a consequente morte súbita.

Apesar de importante para a manutenção da saúde um programa regular de exercícios físicos é necessário, porém, que este seja executado de forma segura e supervisionada por profissionais competentes que possam avaliar, não só a execução do exercício, mas avaliar o grau de risco cardíaco daqueles indivíduos.

#### REFERÊNCIAS

HELAL, Lucas; FERRARI, Filipe; STEIN, Ricardo. Morte Súbita no Atleta Jovem Brasileiro: Não Será Hora de Criarmos um Registro Genuinamente Nacional?. **Arq. Bras. Cardiol.**, São Paulo , v. 111, n. 6, p. 856-859. 2018.

CUESTA, Alejandro; RODRIGUEZ ESTULA, Geraldine; GIOVANETTI, Sergio. Esporte: modificações fisiológicas e avaliação para a prevenção da morte súbita (Parte II). Coração de atleta. **Rev. Urug.Cardiol.** , Montevideu, v. 35, n. 3, pág. 173-190. 2020.

SEMSARIAN C, INGLES J, MARON MS, MARON BJ. New perspectives on the prevalence of hypertrophic cardiomyopathy. **J Am Coll Cardiol.** Vol. 65, n.12. 2015.

MARON, B. J, HAAS, T. J, AHLUWALIA, A, et al: Demographics and epidemiology of sudden deaths in young competitive athletes: From the United States National Registry. *Am J Med* v. 129, pág. 1170–1177. 2016.