**IRISINA COMO MEDIADORA DOS BENEFÍCIOS DO EXERCÍCIO FÍSICO PARA A SAÚDE RENAL: UMA REVISÃO NARRATIVA**

**ALFREDO JOSÉ ARAÚJO WANDERLEY1;** RALMONY DE ALCANTARA SANTOS1,2,3.

1Centro Universitário CESMAC, Maceió, AL, Brasil;2Grupo de Pesquisa AnatoVivo, Maceió, AL, Brasil;3Universidade Federal de Alagoas, Maceió, AL, Brasil.

\*Email do primeiro autor: [fs1269491@gmail.com](mailto:fs1269491@gmail.com)

\*E-mail: do orientador: [ralmony.santos@cesmac.edu.br](mailto:ralmony.santos@cesmac.edu.br)

**Introdução:** O exercício físico regular é uma intervenção eficaz na prevenção e tratamento de doenças crônicas, como as condições renais. A irisina, liberada durante a atividade física, tem mostrado melhorar a função metabólica e proteger os rins. Estudos indicam que essa miocina pode ajudar na prevenção de nefropatias, melhorando a sensibilidade à insulina e reduzindo a inflamação. **Objetivo:** Conhecer o hormônio irisina como mediador dos benefícios do exercício físico para a saúde renal: uma revisão narrativa. **Métodos:** Trata-se de uma revisão narrativa. Os artigos foram rastreados nas bases de dados Scopus, PubMed e Scielo, no período de 2014 a 2024. Os critérios de inclusão abrangeram artigos completos, realizados em humanos e animais, nos idiomas português e inglês. Foram excluídos artigos incompletos e livros. De 35 artigos encontrados, 8 atenderam aos critérios para o estudo. **Resultados:** O exercício físico, ao estimular a liberação da irisina pelos músculos esqueléticos, apresenta diversos benefícios, como a melhora da sensibilidade à insulina, redução da fibrose e do estresse oxidativo. Os efeitos benéficos da irisina no sistema renal incluem o aumento da taxa de filtração glomerular, a redução da inflamação e da fibrose renal, além de ajudar a mitigar fatores de risco para a doença renal. **Considerações finais:** O exercício físico, além de promover a saúde geral, estimula a produção de irisina, uma miocina com grande potencial para a proteção contra doenças renais, destacando-se como uma terapia promissora no contexto da prevenção e manejo da doença renal.

**Palavras-chave:** Atividade física. Tratamento. Hormônio.

**REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

FORMIGARI et al. Renal protection induced by physical exercise may be mediated by the irisin/AMPK axis in diabetic nephropathy. **Nature**, v. 12, 2022.

YING LI et al. Exercise in Diabetic Nephropathy: Protective Effects and Molecular Mechanism. **National Library of Medicine**, v. 25, n.7, 2024.

YANG et al. Myokines: Novel therapeutic targets for diabetic nephropathy. **National Library of Medicine**, v. 13, 2022.

**Obs.:** Ferramenta de Inteligência Artificial utilizada: ChatGPT (GPT-4), versão 4o, utilizada como revisão de texto (ortográfico e alinhamento entre os tópicos.