INFLUÊNCIA DA PRÁTICA DE EXERCÍCIOS SOBRE OS NÍVEIS CIRCULANTES DE CLUSTERINA / APO-J

Autor(res)

Rodrigo Martins Pereira
Johnny Ricardo Falcão Rocha

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

Instituição

FACULDADE ANHANGUERA

Resumo

A Clusterina (CLU) é uma glicoproteína que vem sendo fortemente investigada por diversos cientistas, isso acontece porque ela está presente em todos os fluidos do corpo humano, incluindo a matriz intracelular, e possui suma importância no tratamento de diversas doenças, jogando contra os cânceres, Alzheimer, doenças oculares e diversas doenças degenerativas causadas pela idade, além da atenuação da resistência do organismo como tratamentos agressivos, como a quimioterapia. Uma importante ação da CLU é a inibição de novas proteínas mal dobradas (deformadas), facilitando o processo natural e fundamental de morte celular programada, ou apoptose. Apesar da CLU ser muito conhecida por seu efeito anti-inflamatório, ela possui mais duas funções importantíssimas, sendo elas: a citoproteção e a proteostase.

A atividade ou exercício físico é o maior responsável pela manutenção da saúde em seu contexto geral, promovendo diversos benefícios para o indivíduo que o prática, promovendo benefícios de natureza social, psicológica ou física, sendo este último o mais evidenciando na prevenção ou tratamento de diversas doenças com alto índice de mortalidade através das inflamações sistêmicas em grande escala, como a obesidade e diabetes mellitus, além de promover um envelhecimento com mais liberdade e autonomia, uma vez que as doenças neurodegenerativas e retardamento cognitivo não irá acometer o indivíduo fisicamente ativo de forma precoce, pelo contrário, os estudos evidenciam que as doenças são retardadas de forma muito significativa quando ocorre a prática de atividades ou exercícios.

Sabendo que a circulação da Apolipoproteína J está altamente relacionada com a resistência à insulina (o que expõe o organismo a perda da homeostase), estudiosos resolveram analisar a relação dos exercícios combinados (resistidos e aeróbicos) nos níveis de ApoJ circulantes em mulheres pós menopausa com diabetes mellitus tipo 2. 30 participantes foram expostas ao treinamento enquanto 15 participantes representaram o grupo controle, a baseline foi de 4, 8 e 12 semanas, mensurando a composição corporal e parâmetros metabólicos. Os níveis de ApoJ diminui no grupo que foi submetido ao treinamento ao longo de 8 e 12 semanas, além da diminuição significantemente relevante no percentual de gordura corporal e peso corporal.

Concluindo que o exercício físico resultou na diminuição dos níveis de circulação do ApoJ, que provocou alterações que melhoraram os índices de resistência à insulina