

# COMPARAÇÃO DA DENSIDADE MINERAL ÓSSEA DE PRATICANTES E NÃO PRATICANTES DE ESPORTE DE CONTATO

Ludmila Novaes de Oliveira, Juliana Viezel, José Gerosa Neto, Rodolfo Weber Zanin, Fabrício Eduardo Rossi, Camila Buonani da Silva, Ismael Forte Freitas Júnior.

Universidade Estadual Paulista-UNESP, Presidente Prudente, São Paulo, Brasil.

Luhh\_novaes@hotmail.com

**Introdução:** O jiu jitsu é caracterizado por ser uma modalidade de luta que promove alto impacto, e, dessa forma, contribui para o aumento da densidade mineral óssea (DMO). No entanto, ainda não está claro se essa modalidade esportiva promove ganho da massa óssea. **Objetivo:** Analisar a densidade mineral óssea de praticantes e não praticantes de esporte de jiu jitsu. **Metodologia:** Participaram do estudo 14 lutadores profissionais de jiu jitsu ( $27,2 \pm 4,9$  anos), que competiam em nível nacional e 66 indivíduos ( $25,4 \pm 4,4$  anos) que compuseram o grupo controle, os quais não realizavam atividade física sistematizada. Para análise da DMO, utilizou-se a técnica da absorptiometria de raios-X de dupla energia (DEXA), utilizando-se o equipamento modelo GE Lunar – DPX-NT. O tratamento estatístico foi realizado por meio de uma análise descritiva, seguida do teste t para amostras independentes para comparação entre os grupos estudados. Os dados foram tratados por meio do software estatístico SPSS, versão 13.0, adotou-se a significância estatística em 5%. **Resultados:**

**Tabela 1** – Valores de média e desvio padrão da densidade mineral óssea de atletas de jiu jitsu e do grupo controle

	DMO	t	P
Jiu-jitsu	$1,400 \pm 0,08$	3,359	0,001*
Controle	$1,303 \pm 0,10$	3,729	0,001*

DMO = densidade mineral óssea; \*  $p \leq 0,05$

**Conclusão:** Houve diferença na densidade mineral óssea de lutadores de jiu-jitsu quando comparada com o grupo controle. Portanto, pode-se concluir que no grupo estudado a prática de jiu jitsu foi benéfica para o aumento da massa óssea.

**Palavras-chave:** jiu jitsu, massa óssea, densidade mineral óssea.