

PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DA EMENDA

Título da Pesquisa: Suplementação de bicarbonato de sódio combinada a cafeína pode ser eficaz para melhorar o desempenho em lutadores de Judô e Jiu-Jitsu?

Pesquisador: Braulio Henrique Magnani Branco

Área Temática:

Versão: 2

CAAE: 82382124.2.0000.5539

Instituição Proponente: Universidade Cesumar

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 7.285.427

Apresentação do Projeto:

De acordo com o documento "PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_2470912_E1.pdf" de 04 de dezembro de 2024:

Resumo:

Durante combates de judô e jiu-jitsu, os atletas realizam ações intensas em intervalos de 20 a 30 segundos, o que aumenta a ativação das vias glicolítica e aeróbia, resultando em alta concentração de lactato e fadiga. A suplementação com bicarbonato de sódio pode melhorar o desempenho e retardar a fadiga, mas pode causar desconforto gastrointestinal. A cafeína também melhora a função física e reduz a percepção de fadiga. A combinação de ambos os suplementos pode potencializar o desempenho em exercícios de alta intensidade, embora seus efeitos aditivos em esportes de combate sejam pouco conhecidos. Este estudo visa investigar o impacto da suplementação fragmentada de bicarbonato de sódio e cafeína no desempenho e desconforto gastrointestinal em atletas de judô e jiu-jitsu, buscando otimizar a performance sem efeitos colaterais significativos. Para isso serão investigados 20 atletas intercalados entre as modalidades de judô e jiu-jitsu. Serão mensuradas massa corporal,

Endereço: Avenida Guedner, 1610, Bloco 7, Sala 60, 1º andar

Bairro: Jardim Aclimação

CEP: 87.050-390

UF: PR

Município: MARINGÁ

Telefone: (44)3027-6360

E-mail: cep@unicesumar.edu.br

Continuação do Parecer: 7.285.427

estatura e dobras cutâneas, utilizando balança Fillizola®, estadiômetro Seca® e plicômetro Harpenden®, respectivamente, para calcular densidade corporal e composição corporal. Com uso de capilares heparinizados, amostras sanguíneas (25 µL) serão dispensadas em eppendorfs com fluoreto de sódio a 1% e congelados a -20°C para dosagem de lactato e glicose em aparelho Yellow Springs 2300®. Para avaliar potencia muscular, será aplicado o teste de wingate nos membros superiores. Previamente cada sessão, os atletas serão questionados em relação a percepção subjetiva de recuperação, assim como qual suplementação acreditam que estão ingerindo. Após cada série do teste de wingate, será questionado ao atleta quanto à sua percepção subjetiva de esforço utilizando a escala 6-20. Antes de cada sessão de teste os indivíduos responderão a um recordatório alimentar para controle de ingesta de macro e micro nutrientes, como realizado anteriormente. Os dados serão analisados por ANOVA de medidas repetidas com post hoc de Bonferroni, nível de significância de 5%, e apresentados por estatística descritiva em gráficos e tabelas usando SPSS®

15.0. Espera-se que a suplementação combinada de bicarbonato de sódio (em doses fragmentadas) e cafeína melhore o desempenho físico de atletas de judô e jiu-jitsu, retardando a fadiga muscular sem causar desconforto gastrointestinal.

Objetivo da Pesquisa:

De acordo com o documento "PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_2470912_E1.pdf" de 04 de dezembro de 2024:

Objetivo Primário:

Analisar o potencial impacto da suplementação fragmentada de bicarbonato de sódio isolado, de cafeína isolada, do placebo e da combinação de bicarbonato de sódio e cafeína, sobre o desempenho e a percepção de desconforto gastrointestinal em atletas de judô e jiu-jitsu durante testes intermitentes de alta intensidade para membros superiores.

Objetivo Secundário:

¿ Avaliar o efeito da suplementação fragmentada de bicarbonato de sódio e cafeína sobre a

Endereço: Avenida Guedner, 1610, Bloco 7, Sala 60, 1º andar

Bairro: Jardim Aclimação

CEP: 87.050-390

UF: PR

Município: MARINGÁ

Telefone: (44)3027-6360

E-mail: cep@unicesumar.edu.br

Continuação do Parecer: 7.285.427

performance de atletas de judô e jiu-jitsu em testes

físicos específicos;

¿ Realizar teste Wingate para medir a performance antes e após a suplementação;

¿ Analisar dosagem de lactato sanguíneo dos atletas;

¿ Investigar a incidência de desconforto gastrointestinal em atletas de judô e jiu-jitsu após a suplementação fragmentada de bicarbonato de sódio;

¿ Monitorar e registrar relatos de desconforto gastrointestinal antes e após a suplementação;

¿ Examinar o efeito da cafeína em combinação com o bicarbonato de sódio, sobre a performance e a percepção de esforço dos atletas;

¿ Comparar a performance dos atletas com suplementação de cafeína isolada, bicarbonato de sódio isolado e a combinação dos dois.

¿ Monitorar a percepção subjetiva de recuperação dos atletas antes da realização de cada teste, assim como a percepção de cada atleta em relação a suplementação que está sendo administrada.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

De acordo com o documento "PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_2470912_E1.pdf" de 04 de dezembro de 2024:

Riscos:

Os possíveis riscos ou desconfortos decorrentes da participação na pesquisa são o tempo de resposta ao questionário de anamnese nutricional, possível incômodo durante o pinçamento das dobras com o adipômetro para avaliação de composição corporal, desconforto gastrointestinal podendo ser ocasionada pela suplementação do bicarbonato de sódio e o possível cansaço causado pelo esforço do teste de Wingate.

Benefícios:

Os possíveis benefícios decorrentes da participação na pesquisa são o aumento do conhecimento sobre o assunto estudado, e, se aplicável, poderá beneficiar futuros atletas das modalidades de lutas, para uma melhora de performance.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

Trata-se de emenda ao protocolo original para adequar a administração da cafeína de acordo com o melhor tempo para a obtenção dos resultados para a pesquisa.

Endereço: Avenida Guedner, 1610, Bloco 7, Sala 60, 1º andar

Bairro: Jardim Aclimação

CEP: 87.050-390

UF: PR

Município: MARINGÁ

Telefone: (44)3027-6360

E-mail: cep@unicesumar.edu.br

Continuação do Parecer: 7.285.427

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Os termos de apresentação obrigatória foram anexados a esta submissão.

Recomendações:

Nada a recomendar.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Após a análise dos documentos anexados a esta submissão, projeto APROVADO.

Considerações Finais a critério do CEP:

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_2470912_E1.pdf	04/12/2024 18:51:41		Aceito
Outros	CARTAEMENDA.docx	04/12/2024 18:49:01	Braulio Henrique Magnani Branco	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE.docx	04/12/2024 18:46:25	Braulio Henrique Magnani Branco	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	PROJETO.docx	04/12/2024 18:45:35	Braulio Henrique Magnani Branco	Aceito
Folha de Rosto	FOLHAJIU.pdf	09/08/2024 11:57:19	Braulio Henrique Magnani Branco	Aceito
Declaração de Instituição e Infraestrutura	AUTORIZ_JUDO.jpeg	09/08/2024 11:55:17	Braulio Henrique Magnani Branco	Aceito
Outros	CEP_JIU.jpg	09/08/2024 11:54:40	Braulio Henrique Magnani Branco	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE_jiu.docx	08/08/2024 18:18:39	Braulio Henrique Magnani Branco	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	jiu.docx	08/08/2024 18:17:50	Braulio Henrique Magnani Branco	Aceito
Outros	instrumentos_jiu.docx	08/08/2024 18:15:44	Braulio Henrique Magnani Branco	Aceito
Cronograma	Cronograma_jiu.docx	08/08/2024 17:10:06	Braulio Henrique Magnani Branco	Aceito

Endereço: Avenida Guedner, 1610, Bloco 7, Sala 60, 1º andar

Bairro: Jardim Aclimação

CEP: 87.050-390

UF: PR

Município: MARINGÁ

Telefone: (44)3027-6360

E-mail: cep@unicesumar.edu.br



UNIVERSIDADE CESUMAR -
UNICESUMAR



Continuação do Parecer: 7.285.427

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

MARINGA, 11 de Dezembro de 2024

Assinado por:
LUCAS FRANÇA GARCIA
(Coordenador(a))

Endereço: Avenida Guedner, 1610, Bloco 7, Sala 60, 1º andar

Bairro: Jardim Aclimação

CEP: 87.050-390

UF: PR

Município: MARINGA

Telefone: (44)3027-6360

E-mail: cep@unicesumar.edu.br