

EDITORIAL**RELAÇÃO ENTRE O CONSUMO DE PROTEÍNAS
E AS VIAS DE SÍNTESE E DEGRADAÇÃO MUSCULAR**

O Instituto Brasileiro de Pesquisa e Ensino em Fisiologia do Exercício - IBPEFEX - trabalhando com o objetivo de publicar/ divulgar a produção científica no âmbito da Nutrição e Suplementação Esportiva, nas modalidades, tanto de caráter coletivo como no individual através da Revista Brasileira de Nutrição e Esportiva - RBNE - vem apresentar aos seus colaboradores mais 16 artigos no volume 11 de número 66 do ano de 2017.

O consumo de suplementos alimentares tem aumentado nos últimos anos e, por muitas vezes, estes são encarados como facilitadores do processo de modificação da composição corporal, coadjuvantes na performance e promotores de um adequado estado de saúde.

Dessa forma, tendo em vista que a proteína é um macronutriente vital para a modificação da composição corporal com fins de hipertrofia muscular, os suplementos com elevado teor de proteínas ou aminoácidos merecem bastante atenção, uma vez que estes fazem parte da rotina de indivíduos praticantes de atividades recreativas e de atletas.

Nesse sentido, o consumo adequado de proteínas, alimentares e/ou oriundas de suplementos proteicos, associado a outros fatores como o consumo adequado de carboidratos e o estímulo mecânico sobre o músculo esquelético exercem efeito positivo sobre a hipertrofia muscular, no entanto, especialmente em atletas, esse consumo, por muitas vezes, encontra-se acima dos valores de referência.

Esse comportamento pode ser explicado através da relação dose/benefício, ou seja, quanto maior for o consumo de proteínas, maior será o estímulo as principais vias de sinalização para a hipertrofia muscular.

Porém, essa relação é questionável, uma vez que a ativação da síntese proteica via proteínas dietéticas e aminoácidos é dose-dependente e saturável.

Desse modo, a hipertrofia muscular pode ser entendida como o balanço positivo entre as vias de síntese e de degradação proteica.

Das vias de síntese, destaca-se a via da MTOR, responsável por mediar a transcrição gênica, a síntese proteica e a proliferação celular. Já em relação as vias de degradação, destaca-se a via proteassomal, representada pelo sistema ubiquitina-proteassoma, que age de forma seletiva na proteólise muscular, atuando de forma importante no processo atrofico através da sinalização de duas ligases chave desse sistema, conhecidas como MURF-1 e MAFBx.

Portanto, o consumo adequado de proteínas dietéticas associado, dentre outros fatores, ao estímulo mecânico sobre o músculo esquelético, favorece a síntese proteica, pois estimula positivamente o balanço entre as vias de síntese e de degradação muscular, no entanto, o consumo

Revista Brasileira de Nutrição Esportiva

ISSN 1981-9927 *versão eletrônica*

Periódico do Instituto Brasileiro de Pesquisa e Ensino em Fisiologia do Exercício

www.ibpex.com.br / www.rbne.com.br

acima das recomendações não demonstra benefícios adicionais, devendo ser desencorajado tanto para atletas como para praticantes de atividades físicas recreativas.

Sendo assim, convidamos todos a continuarem colaborando e que submetam suas pesquisas/estudos para a RBNE.

Boa leitura a todos, de mais um número da RBNE.

Cordialmente,

MARCOS ROBERTO CAMPOS DE MACÊDO

Mestrando do Programa de Pós-Graduação em Saúde do Adulto-UFMA, Brasil.

Laboratório de Fisiologia e Prescrição do Exercício do Maranhão (LAFIPEMA/UFMA), Brasil.

RAPHAEL FURTADO MARQUES

Mestrando do Programa de Pós-Graduação em Educação Física-UFMA, Brasil.

Laboratório de Fisiologia e Prescrição do Exercício do Maranhão (LAFIPEMA/UFMA), Brasil.

Dr. ANTONIO COPPI NAVARRO

Editor Associado

Revista Brasileira de Nutrição Esportiva

ISSN 1981-9927 *versão eletrônica*

Periódico do Instituto Brasileiro de Pesquisa e Ensino em Fisiologia do Exercício

www.ibpefex.com.br / www.rbne.com.br

Editor-Chefe

Prof. Dr. Francisco Navarro (UFMA, Brasil)

Editor-Gerente

Francisco Nunes Navarro (USP-RP/ IBPEFEX, Brasil)

Editores Associados

Prof. Dr. Antonio Coppi Navarro (UFMA / IBPEFEX, Brasil)

Prof. Dr. Jonato Prestes (UCB, Brasil)

Profa. Ms. Rafaela Liberali (UFSC, Brasil)

Revisores Científicos

Prof. Dr. Carlos Alberto Simeão Junior - Centro Universitário Unifafibe, Brasil

Prof. Dr. Claudio Oliveira Assumpção - Universidade Federal do Ceará - UFC, Brasil

Prof. Dr. Charles Ricardo Lopes - Universidade Metodista - Unimep, Brasil

Profa. Dra. Denise Maria Martins - Universidade Estadual de Pernambuco - UPE, Brasil

Prof. Dr. Everson Araújo Nunes - Universidade Federal de Santa Catarina - UFSC, Brasil

Prof. Dr. Gustavo Puggina Rogatto - Universidade Federal de Lavras - UFL, Brasil

Prof. Dr. Gleison Alisson Pereira de Brito - Universidade Federal da Integração Latinoamericana - UNILA, Brasil

Prof. Dr. Luis Paulo Gomes Mascarenhas - Universidade Estadual do Centro-Oeste - Unicentro, Brasil

Profa. Dra. Marcela Meneguello Coutinho - Universidade Presbiteriana Mackenzie, Brasil

Prof. Dr. Milton Rocha de Moraes - Universidade Católica de Brasília - UCB, Brasil

Prof. Dr. Tácito Pessoa de Souza Junior - Universidade Federal do Paraná - UFPr, Brasil

Prof. Dr. Vinícius Fernandes Cruzat - Curtin University - Austrália

Prof. Dr. Waldecir Paula Lima - Instituto Federal de Educação Ciência e Tecnologia - IFSP, Brasil

Prof. Doutorando Rafael Ayres Romanholo - Instituto Federal de Rondônia - IFRO, Brasil

Prof. Ms. Adilson Domingos dos Reis Filho - Núcleo de Aptidão Física, Metabolismo e Saúde - NAFIMES/UFMT, Brasil

Profa. Ms. Elen Cristina Dalquano - Instituto Superior Luterano Bom Jesus - IELUSC, Brasil

Revisores / Tradutores

Diego Nunes Navarro (UFABC/ IBPEFEX, Brasil)

Diagramador

Francisco Nunes Navarro (USP-RP/ IBPEFEX, Brasil)