

RESUMO - ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO: NUTRIÇÃO EM ESPORTES E EXERCÍCIO FÍSICO

REVISÃO INTEGRATIVA SOBRE HIGENAMINA EM ALIMENTOS E DOPAGEM NÃO INTENCIONAL: FONTES ALIMENTARES DE IMPORTÂNCIA A SEREM EVITADAS NA ALIMENTAÇÃO DE ATLETAS

Camila Schults (camilascmachado@gmail.com)

Tamires Cássia De Melo Souza (tamirescmsouza@gmail.com)

Lucilene Rezende Anastácio (lucilene.rezende@gmail.com)

A higenamina é um agonista β 2-adrenérgico que consta na lista de substâncias proibidas pela World Anti-Doping Agency (WADA). Sua presença em diversas plantas e suplementos alimentares tem gerado preocupações quanto à dopagem não intencional, resultando em penalidades para atletas e impactando suas carreiras. Este estudo tem como objetivo analisar a quantificação da higenamina em alimentos e suplementos, suas implicações para a saúde e os aspectos regulatórios, por meio de uma revisão integrativa da literatura. Os artigos foram obtidos por meio de buscas no Google Acadêmico, BIREME e PubMed, utilizando o descritor “higenamine”. Foram incluídos estudos que quantificaram a higenamina em alimentos e suplementos, e excluídos aqueles cuja compreensão fosse dificultada por idioma ou falta de dados relevantes. Os dados indicam que a higenamina pode ser encontrada em diversas fontes vegetais, como produtos à base de beterraba, em quantidades que variam entre 38 ng/g e 312 ng/g, dependendo do processo de preparo. Embora essas quantidades não sejam suficientes para atingir o limite máximo permitido pela WADA, é importante que sejam

quantificadas. Em frutas da família Annonaceae, como a fruta-do-conde (*Annona squamosa*) e a graviola (*Annona muricata*), a higenamina foi detectada em concentrações variáveis, com valores estimados entre 340–1090 ng/g para *A. squamosa* e 733–969 ng/g para *A. muricata*. Suplementos alimentares comercializados em diversos países frequentemente contêm higenamina não declarada, aumentando o risco de ingestão inadvertida da substância. A quantificação precisa da higenamina em alimentos e suplementos é essencial para orientar atletas e minimizar os riscos de dopagem acidental.

Palavras-chave: doping; ergogênica; desempenho esportivo; suplementos.