

**NEGACIONISMO E DESINFORMAÇÃO NAS CIÊNCIAS DO ESPORTE: UMA ANÁLISE CRÍTICA DO MITO DO LACTATO COMO CAUSA DA FADIGA**

*Marco Machado (marcomachado1@gmail.com)*

Introdução: A produção do conhecimento científico é marcada por revisões e mudanças paradigmáticas, nem sempre acompanhadas pela prática profissional. Nas ciências do esporte, persiste a associação entre lactato e fadiga muscular, apesar de evidências contemporâneas refutarem essa relação causal direta. Esse descompasso revela problemas na difusão e consolidação do conhecimento científico. Objetivo: Analisar criticamente a persistência da associação entre lactato e fadiga muscular, discutindo-a como um caso de desinformação científica estrutural à luz da fisiologia do exercício e da epistemologia da ciência. Métodos: Trata-se de um ensaio teórico-analítico, baseado na revisão crítica da literatura em fisiologia do exercício e filosofia da ciência. A análise articula evidências bioquímicas contemporâneas sobre o papel do lactato com referenciais epistemológicos relacionados à produção, validação e transmissão do conhecimento científico. Resultados: A literatura atual demonstra que o lactato não é o agente causal primário da fadiga, desempenhando funções relevantes no metabolismo energético e na sinalização celular. A fadiga é compreendida como fenômeno multifatorial, envolvendo mecanismos periféricos e centrais. A permanência do modelo tradicional é explicada por fatores cognitivos (vieses interpretativos), pedagógicos (simplificação didática) e institucionais (reprodução acrítica do conhecimento), configurando um quadro de desinformação científica estrutural.

Conclusão: A persistência do mito do lactato como causador da fadiga evidencia a necessidade de maior integração entre evidência científica, ensino e prática profissional. A incorporação de uma perspectiva epistemológica na formação em ciências do esporte é fundamental para promover pensamento crítico, atualização conceitual e intervenções baseadas em evidências.

Palavras-chave: fadiga muscular; lactato; desinformação científica; fisiologia do exercício; epistemologia.