

REGULAÇÃO DA GLICEMIA PELO GLUCAGON DURANTE O EXERCÍCIO FÍSICO

ANGELO DA LUZ GROTTO¹
WILLIAM SEEGER²
CATI RECKELBERG AZAMBUJA³

O presente trabalho tem por finalidade apresentar as características, funções e ação do hormônio Glucagon quando praticado o exercício físico. O Glucagon é um hormônio produzido pelo pâncreas e trabalha como um oposto da insulina, estimulando o fígado (órgão mais afetado por este hormônio) e os músculos a fazerem a quebra do glicogênio e liberar glicose. O fígado é responsável pela glicogênese e o glucagon desempenha importante função de regulação deste processo, evitando também a hipoglicemia. Toda vez em que o organismo estiver com alta taxa glicêmica, é diminuída a taxa de glucagon no plasma e, ocorrendo o inverso quando o organismo estiver com baixa taxa glicêmica. O glucagon diminui a síntese de colesterol pelo fígado, inibe a reabsorção de sódio pelos rins, aumenta sensivelmente o débito cardíaco, pode agir regulando o apetite e diminui o nível de aminoácidos. Há um glicogênio específico do fígado, de ação mobilizadora, que leva a um aumento do nível de açúcar no sangue. Com isso, é liberada glicose dos carboidratos do fígado. No exercício físico, à medida que os níveis plasmáticos de glicose no sangue vão diminuindo, ocorre estimulação da glicogenólise hepática pelo aumento gradual da concentração plasmática de glucagon. Quanto maior a duração do exercício, maior a liberação de glucagon, sendo que, em exercícios moderados de curta duração, observa-se diminuição dos seus níveis plasmáticos. Durante o exercício, o nível de glucagon aumenta em até cinco vezes. Esse efeito evita que ocorra queda brusca da glicemia durante o exercício. O mesmo parece, não apenas causar uma diminuição da necessidade de insulina, um fator que representa um importante papel, principalmente na terapia do diabetes, mas também um aumento da sensibilidade dos tecidos e insulina, o que leva a uma maior economia, já que se poupa insulina. Ao finalizarmos, concluímos que o hormônio glucagon desempenha importante papel quando é estimulado sua secreção pelo exercício físico, o qual facilita sensivelmente a captação de insulina, tornando-se positivo para indivíduos portadores de diabetes.

¹ Autor, Acadêmico do curso de Educação Física da Faculdade Metodista de Santa Maria - RS

² Co-autor, Acadêmico do curso de Educação Física da Faculdade Metodista de Santa Maria - RS

³ Orientadora, Docente do curso de Educação Física da Faculdade metodista de Santa Maria - RS