



## Efeito do uso do protetor bucal na performance atlética: uma revisão sistemática e metanálise

Mayara Jeronymo Uébe Mansur<sup>1</sup>, Victor Paes Dias Gonçalves<sup>2,3</sup>, Anderson Pontes Morales<sup>3</sup>,  
Mauricio Rocha Calomeni<sup>3</sup>, Marlana Ribeiro Monteiro<sup>4</sup>

(1) Aluna Voluntária de Iniciação Científica do PROVIC/ISECENSA – Curso de Educação Física; (2) Cirurgião-dentista do Clube de Regatas Vasco da Gama-RJ; (3) Pesquisador Colaborador do Laboratório de Biociências da Motricidade Humana – LABIMH/ISECENSA; (4) Pesquisador Orientador LABIMH/ISECENSA – Curso de Educação Física – Institutos Superiores de Ensino do CENSA/ISECENSA, Rua Salvador Correa, 139, Centro, Campos dos Goytacazes, RJ, Brasil

Embora os autores demonstrem que o uso do protetor bucal (PB) pode prevenir a ocorrência de traumas orofaciais durante a prática esportiva, a influência desse dispositivo no desempenho atlético foi pouco quantificada de forma sistemática por meio de metanálise. No entanto, pesquisas sobre desempenho atlético têm mostrado resultados controversos, em parte quando o sistema de energia utilizado não é considerado. Investigar o efeito agudo do uso de PB no desempenho atlético em testes que usam diferentes tipos de metabolismo energético (metabolismo anaeróbio e aeróbio). Uma busca estruturada foi realizada seguindo as diretrizes de *Preferred Reporting Items for Systematic Review and Meta-Analyses (PRISMA)* nas bases de dados *Medline / PubMed* e *Web of Science, Scopus* e *Bireme / Lilacs / BVS* até agosto de 2020. Quinze estudos publicados foram incluídos na meta-análise. Uma meta-análise final foi realizada usando o modelo de efeitos aleatórios e diferenças das médias (SMD). Isso revelou que o uso de PB teve efeitos benéficos em testes de desempenho anaeróbio (SMD, 0,45; intervalo de confiança (IC) de 95%, 0,05 a 0,86;  $p = 0,02$ ). No entanto, o uso de MG não impactou os testes de desempenho aeróbio (SMD, -0,06; IC 95%, -0,56 a 0,44;  $p = 0,80$ ). Os dados de análise de subgrupo revelaram que o uso dos dois tipos (3 e 5) de PBs para melhorar o desempenho anaeróbio (Análise geral: SMD, 0,38; IC de 95%, 0,01 a 0,75;  $p = 0,04$ ). Conclui-se que os achados do presente estudo indicam que o uso do PB personalizado não prejudica a performance e fornece evidências para os profissionais do esporte defenderem o uso em atletas para evitar lesões. Além disso, o uso de PB (independentemente do tipo 3 ou 5) pode ajudar a melhorar a performance atlética em atividades que envolvam o metabolismo anaeróbico. Esses achados devem ser interpretados com cautela, pois a maioria dos estudos selecionados não apresentaram detalhes metodológicos importantes, como o cálculo amostral.

**Palavras-chave:** Protetor bucal. Performance. Atletas.

**Instituição de Fomento:** ISECENSA.