**SUGESTÃO DE PAUTA**

**Exames específicos de sangue avaliam a condição física para prática esportiva**

***O biomédico é o profissional responsável por analisar a amostra e traduzir o perfil da saúde do paciente***

**Com o objetivo de ficar em boa forma para curtir o Verão, muita gente decidi intensificar as caminhadas ou corridas pelos parques da cidade. Quem é adepto da prática, nem sempre se preocupa em realizar uma avaliação clínica sobre sua condição física, atitude que pode colocar a saúde em risco. Alguns exames são essenciais para quem gosta de caminhar ou correr.**

**A partir da amostra de sangue é feita uma avaliação do metabolismo. “Assim, é possível dar início à pratica esportiva de forma segura e sem comprometimento do desempenho, caso esteja tudo bem”, afirma o biomédico Jhonathan Rocha. O biomédico é o profissional responsável por analisar a amostra e traduzir o perfil da saúde do paciente.**

**Exames**

**Um desses exames é a dosagem da Creatina Fosfoquinase (CPK),** enzima que atua principalmente nos tecidos musculares, no cérebro e no coração, e que serve para investigar danos a esses órgãos.

Outro importante exame e bastante comum é o que avalia **o Colesterol** e o nível dos subtipos HDL (colesterol bom) e LDL (colesterol ruim). A mesma amostra de sangue pode avaliar ainda a concentração de triglicérides, um tipo de gordura que provoca o entupimento das artérias.

Já o **TSH** avalia os distúrbios da tireóide para diagnosticar doenças como hiper ou hipotireoidismo. A produção descompensada do hormônio pode acarretar diferentes sintomas, conforme o tipo de problema na tireóide, entre eles cansaço e perda de peso.

O exame **de Ferritina Sérica**, proteína que se localiza no fígado, consiste em verificar o excesso ou falta desta no organismo. Em excesso, a ferritina causa dor nas articulações; já em níveis baixo, fraqueza e palidez, entre outros sintomas.

**Fonte para entrevista:**

**Jhonathan Rocha**, biomédico, primeiro-secretário do CRBM-3, atua no Laboratório Clínico da PUC-GO e é professor de Imunologia do Instituto de Ciências da Saúde da Faculdade Alfredo Nasser (Unifan).

**Sobre o CRBM 3**

O Conselho Regional de Biomedicina da 3ª Região (CRBM-3) é uma autarquia federal com jurisdição nos estados de Goiás, Tocantins, Mato Grosso, Minas Gerais e no Distrito Federal. A sede do CRBM 3 está localizada na cidade de Goiânia (GO). Os Conselhos Regionais de Biomedicina (CRBM’s) foram criados como entidades fiscalizadoras do exercício profissional pelo Decreto-Lei nº 88.439, de 28 de junho de 1983 de acordo com a Lei n° 6.684 de 03 de setembro de 1979. Dotados de personalidade jurídica e forma federativa, prestam serviço público e têm a estrutura, a organização e o funcionamento estabelecidos no Regimento Interno Padrão, aprovado pela Resolução nº 054, de 17 de novembro de 2000, do Conselho Federal de Biomedicina (CFBM). Para saber mais acesse o site [*www.crbm3.gov.br*](http://www.crbm3.gov.br)e as redes sociais Facebook e Instagram.

**Assessoria de Imprensa**

**Jaísa Gleice**

**imprensa@crbm3.gov.br**

**(62) 3215-1512 / 9 8484-4642**