

Woronyczová, J., Novákova, M., Leníček, M.,
Bátovský, M., Bolek, E., Cifkova, R., and Vitek, L.
Sports Medicine.
(2022);8:84.

BILIRRUBINA SÉRICA EN DEPORTISTAS



PERSPECTIVAS GENÉTICA/BIOQUÍMICA
LA PRESENCIA DEL ALELO (TA), AUMENTÓ LA CONCENTRACIÓN DE BILIRRUBINA EN AMBOS GRUPOS
UNA MAYOR CONCENTRACIÓN DE BILIRRUBINA SE ASOCIA A MAYORES NIVELES DE ÁCIDO ÚRICO Y ALBUMINA (ANTIOXIDANTES)

DEPORTISTAS DE ÉLITE

POBLACIÓN GENERAL

MAYORES CONCENTRACIONES ENTRE DEPORTISTAS DE ÉLITE

UN AUMENTO DE $1 \mu\text{mol} \cdot \text{L}^{-1}$ AUMENTA EN UN 4,6 % LA PROBABILIDAD DE PERTENECER AL GRUPO DE DEPORTISTAS DE ÉLITE

ESTATUS ANTIOXIDANTE (TAS)

UN MAYOR TAS SE ASOCIA A UN AUMENTO DE LA CONCENTRACIÓN DE BILIRRUBINA

REGULA EL ESTRÉS OXIDATIVO QUE ACOMPAÑA AL ENTRENAMIENTO

PODRÍA JUGAR UN ROL PROTECTOR DURANTE Y TRAS EL ENTRENAMIENTO

STOP ¡CUIDADO SI SU AUMENTO SE DEBE A UNA AFECCIÓN HEPÁTICA O HEMÓLISIS!

AUMENTA EN MUJERES POSMENOPÁUSICAS, TRAS INICIAR ÉSTAS UN REGIMEN DE EJERCICIO



Diseñado por Santiago Sanz, Fisiólogo del Ejercicio en paralimpicos

PhD. en Sport Science, Fisiólogo de atletas     @santirun