



ZAVOD ZA SPORT I MEDICINU SPORTA REPUBLIKE SRBIJE

# Da li je vrhunskim odbojkašicama različitog uzrasta potrebna suplementacija preparatima gvožđa

Nataša Kozar, N. Antić, J. Zlatković, M. Miletić,  
S. Đorđević - Šaranović, S. Mazić

# Cilj istraživanja



- Utvrditi da li redovna i intenzivna fizička aktivnost može dovesti do anemije - do potrebe za suplementacijom preparatima gvožđa
- Da li uzrok anemije može biti razlika u uzrastu i intenzitetu treninga odbojkašica



# Rezultati



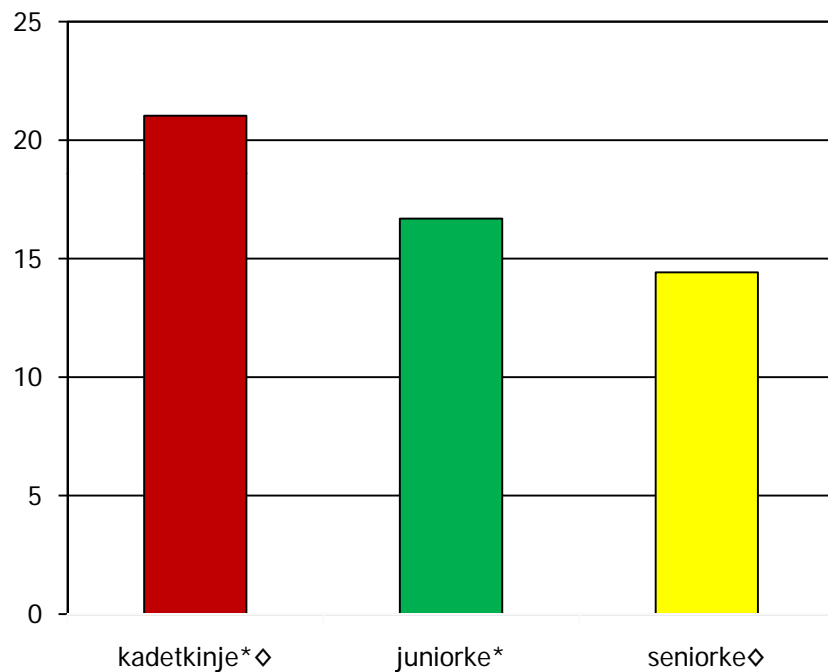
	Broj Er	Hgb	HCT	MCV	MCH	MCHC	Fe
kadetkinje	$4,52 \pm 0,24$	$134,4 \pm 10,39$	$0,414 \pm 0,03$	$91,74 \pm 4,40$	$29,73 \pm 1,74$	$323,73 \pm 8,68$	$21,03 \pm 4,57$
juniorke	$4,48 \pm 0,20$	$134,86 \pm 6,13$	$0,413 \pm 0,02$	$92,72 \pm 3,92$	$30,14 \pm 1,24$	$325,21 \pm 6,60$	$16,69 \pm 4,58$
seniorke	$4,43 \pm 0,32$	$130,71 \pm 8,01$	$0,408 \pm 0,02$	$92,34 \pm 3,82$	$29,57 \pm 1,34$	$320,36 \pm 5,83$	$14,42 \pm 4,60$

**Hematološki parametri nacionalnih ženskih odbojkaških selekcija**

# Rezultati



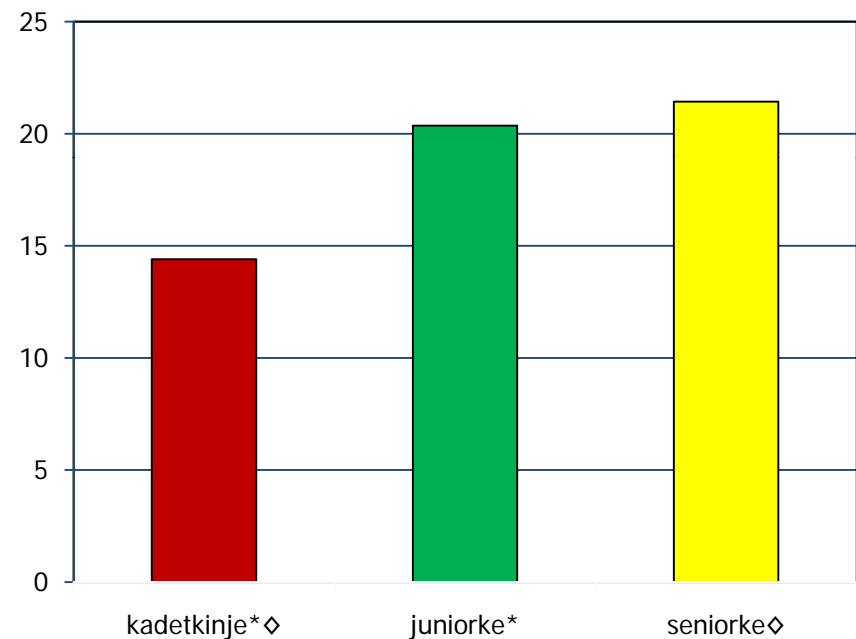
Fe ( $\mu\text{mol/l}$ )



Koncentracija serumskog gvožđa u nacionalnim ženskim odbojkaškim selekcijama

\* $\Delta p < 0,05$  (statistički značajna razlika)

br. h treniranja/ned.



Broj sati treniranja nedeljno nacionalnih ženskih odbojkaških selekcija

\* $\Delta p < 0,001$  (visoka statistička značajnost)<sup>1</sup>

# Zaključak



- Svi hematološki parametri su u okviru referentnih vrednosti – nema potrebe za suplementacijom preparatima gvožđa
- Koncentracija serumskog Fe je statistički značajno veća u kadetskoj reprezentaciji - potrebna su dodatna ispitivanja (nivo transferina /TIBC, UIBC/, procenat zasićenja transferina, nivo feritina) u juniorskoj i seniorskoj reprezentaciji
- Kadetkinje treniraju manjim intenzitetom (na nivou visoke statističke značajnosti) u odnosu na juniorke i seniorke - koncentracija serumskog gvožđa je u obrnutoj korelaciji sa intenzitetom fizičke aktivnosti
- Treba uzeti u obzir da se ipak verovatno više obraća pažnja na ishranu kod mlađih sportiskinja koje se još uvek nalaze u svojim primarnim porodicama i ne odsustvuju dugo od svoje kuće