

NÍVEL DE CONHECIMENTO DOS ACADÊMICOS DOS CURSOS DE EDUCAÇÃO FÍSICA E DE NUTRIÇÃO (7º PERÍODOS) SOBRE SUPLEMENTOS ALIMENTARES

ELIAS DA SILVA SANTANA*

CARLA FABIANE DOS SANTOS LEMOS*

LUÍS PAULO DE SOUZA GOMES (CREF: 1156-G/SE)*

*Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.

sniper3594@yahoo.com.br

Palavras-chave: Aptidão física, alimentos, saúde.

INTRODUÇÃO: A procura por um corpo perfeito e pela melhora do desempenho físico tem influenciado muitas pessoas a usarem recursos que atendam os seus objetivos mais rapidamente; entre esses recursos destacam-se os suplementos alimentares. (POLL e LIMA, 2013). Perante ALVES e NAVARRO (2012) afirma que a nutrição tem forte ligação com a educação física e que na área de esportes e atividade física, fica facilmente evidenciada como um dos fatores que pode maximizar o desempenho atlético, atingindo também a saúde geral do indivíduo. **OBJETIVO:** Verificar o nível de conhecimento dos acadêmicos de dois cursos da área de saúde Nutrição e Educação Física, ambos estão no 7º período, sobre o consumo de suplementos alimentares. **METODOLOGIA:** O presente estudo tem caráter descritivo é um estudo de status onde seu método mais comum é o estudo de levantamento, no qual inclui questionários e entrevistas. Participaram 50 acadêmicos do curso de Nutrição e 50 do curso de Educação Física de uma instituição particular de ensino da Cidade de Aracaju-Se. Eles foram informados e orientados sobre a realização do estudo, assinando o termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE). Utilizou-se um questionário adaptado sobre o uso de suplementos alimentares, em dia e local pré-determinado, composto por 8 perguntas fechadas e 1 aberta. **RESULTADOS:** Os resultados foram expressos como frequência relativa (%). Pode-se constatar que, a maioria (88% do Curso de Nutrição e 64% do Curso de Educação Física) acha que não há necessidade do consumo de suplementação, se a alimentação já estiver correta. Já a indicação de que todos devem consumir obteve 8% na turma do Curso de Nutrição e 36% na turma do Curso de Educação Física. Sobre as fontes mais consultadas para obter informações sobre suplementos, pode-se observar que os três maiores meios consultados pelo curso de Nutrição foram: Nutricionista (54%), internet (46%) e revistas e jornais científicos (44%). Já os três maiores dados do curso de Educação Física foram: Internet (48%), professor de academia (48%), nutricionista (38%). **CONCLUSÃO:** Conclui-se que o nível de conhecimento dos alunos deixa a desejar em ambos os cursos, haja vista estarem na reta final da graduação, esperava-se respostas mais consistentes e técnicas, pois eles estarão prescrevendo suplementos alimentares (nutrição) e orientando (educação física) os jovens frequentadores de academias, possivelmente seu paciente e/ou seu aluno.

REFERÊNCIAS

- ALVES, S.C. R.; NAVARRO, F. O uso de suplementos alimentares por frequentadores de academia de Potim – SP. **Revista Brasileira de Nutrição Esportiva** ISSN 1981-9927, 2012.
- DOMINGUES, S.F.; MARINS, J.C.B. Utilização de Recursos Ergogênicos e Suplementos Alimentares por Praticantes de Musculação em Belo Horizonte – MG. **Fit Perf J** 6(4): 218-26 2007.
- HERNANDEZ, A.J.; NAHAS, R.M. Modificações Dietéticas, Reposição Hídrica, Suplementos Alimentares e Drogas: Comprovação de Ação Ergogênica e Potenciais Riscos Para a Saúde. **Rev Bras Med Esporte** 15(3): 3-12, 2009.
- POLL, F.A.; LIMA, A.P.D. Consumo de Suplementos Alimentares por Universitários da Área de Saúde. **Cinergis** 2013; 14 (1):33-37.

POSSEBON, J.; DE OLIVEIRA, V.R. Consumo de suplementos na atividade física: uma revisão. **Disciplinarum Scientia Saúde**, v. 7, n. 1, p. 71-82, 2016.