

NÍVEL DE CONHECIMENTO SOBRE NUTRIÇÃO ENTRE ALUNOS EGRESSOS DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

RENATA LEITE TAVARES

CRN-6 9837

ANDRÉ NOBREGA DA SILVA

HUGO CABRAL DAVID

AMANDA CARLA GONÇALVES DA SILVA

EDSON MEDEIROS DA SILVA

Instituto de Educação Superior da Paraíba, Cabedelo, Paraíba, Brasil

E-mail: renaltav@gmail.com

PALAVRAS CHAVE: ciências da nutrição e do esporte, estudantes, conhecimento.

INTRODUÇÃO: a busca por melhor qualidade de vida vem crescendo nos últimos tempos e engloba não somente os aspectos relacionados à prática de exercício físico como também à alimentação. Sendo assim, os profissionais de educação física devem possuir pelo menos o conhecimento básico sobre a ciência da nutrição, de forma que podem ajudar seus alunos neste sentido. **OBJETIVO:** avaliar o nível de conhecimento sobre nutrição em alunos egressos do curso de bacharelado em educação física. **METODOLOGIA:** um questionário sobre nutrição foi aplicado em alunos egressos do curso de educação física de uma instituição de ensino superior do estado da Paraíba. Os alunos deveriam classificar trinta alimentos de uma lista entre fonte de carboidrato, proteína ou gordura. O questionário foi aplicado em sala de aula, com tempo máximo de três minutos para respostas. **RESULTADOS:** participaram da pesquisa nove alunos, sendo 77% do sexo masculino, com idade média de 29 anos. A média de acerto das respostas foi de 69%, sendo a maior taxa de erros referente ao nutriente carboidrato. **CONCLUSÃO:** considerando a importância do papel do educador físico como instrumento para estímulo a mudanças de hábitos, destaca-se a necessidade de aprofundamento do conhecimento sobre nutrição entre estes profissionais.

REFERÊNCIAS:

ANDERSON, J.V.; PALOMBO, R.D.; EARL, R. Position of the American Dietetic Association: the role of nutrition in health promotion and disease prevention programs. *Journal of the American Dietetic Association*; v. 98, n. 2, p. 205-8, 1998.

JUZWIAK, C.R. Avaliação do conhecimento e das recomendações nutricionais adotadas por técnicos de atletas adolescentes. Tese apresentada a Universidade Federal de São Paulo – Escola Paulista de Medicina para obtenção do título de mestre em Ciência Aplicada à pediatria, São Paulo, 2001.

PEREIRA, R.F. Conhecimento de nutrição e hábitos alimentares de alunos de academias de ginástica na cidade de São Paulo. São Paulo, 1999. Dissertação (Mestrado), FCF/FEA/USP.

PEREIRA, J.M.O.; CABRAL, P. Avaliação dos conhecimentos básicos sobre nutrição de praticantes de musculação em uma academia da cidade de Recife. *Revista Brasileira de Nutrição Esportiva*, v. 1, n. 1, p. 40-47, 2007.

SANTOS, K.M.O.S.; BARROS FILHO, A. A. Fontes de informação sobre nutrição e saúde utilizadas por estudantes de uma universidade privada de São Paulo. *Revista de Nutrição*, v. 15, n.2, p.313-321, 2002.