

CAMARGO, Raissa Macarena Estrada. Conhecimento sobre suplementos esportivos entre nutricionistas e educadores físicos. Bragança Paulista, SP: FESB, 2010. (IMPRESSO)

## RESUMO

**Introdução:** devido ao grande crescimento mercadológico, a influência da mídia e a busca pelo corpo perfeito, os suplementos esportivos vêm sendo cada vez mais consumidos por frequentadores de academias e atletas. Faltam mais estudos para determinar seu real efeito, pois o seu grau de recomendação ainda é baixo. E de grande importância educar os profissionais da saúde para que não ocorram prejuízos à saúde dos consumidores e principalmente aos atletas. **Objetivo:** descrever os aspectos relacionados ao conhecimento sobre suplementos esportivos entre nutricionistas e educadores físicos. **Materiais e métodos:** foi realizado um estudo transversal descritivo baseado em coleta de dados envolvendo amostra de conveniência, realizado através da aplicação de um questionário fechado desenvolvido para este trabalho de conclusão de curso. Participaram do estudo 34 indivíduos, sendo 13 nutricionistas (38%) e 21 educadores físicos (62%), com estágio de vida entre 23 e 48 anos e gênero masculino e feminino. A análise de dados foi feita através de critérios adotados para avaliar o grau de conhecimento dos profissionais. **Resultados:** de acordo com os dados obtidos os nutricionistas mostraram ter bom conhecimento e os educadores físicos um grau de conhecimento muito bom. Os profissionais formados há menos tempo mostraram ter um conhecimento maior. Os entrevistados com grau de especialistas mostraram ter um maior conhecimento. Os nutricionistas mostraram ter um maior conhecimento com relação ao whey protein, creatina e glutamina. Enquanto que os educadores físicos sobre classificação e causas de consumo dos suplementos. Ambos profissionais mostraram ter um conhecimento muito baixo sobre o HMB e a arginina. **Conclusão:** a prescrição de suplementos esportivos é uma atribuição do profissional nutricionista. Por isso é importante que este junto ao educador se atualize para que possam realizar um trabalho multiprofissional para melhorar o desempenho do atleta e diminuir os riscos causados pelo uso indiscriminado de suplementos entre praticantes de atividade física. É necessário que seja feito mais estudos, visto que não houve nesta pesquisa nenhum nutricionista na área de nutrição do esporte.