

SUPLEMENTOS ALIMENTARES ENTRE PROFISSIONAIS DE EDUCAÇÃO FÍSICA EM ACADEMIAS DE GINÁSTICA DE CRUZ ALTA

VARGAS, Carina Gewehr¹; BRUNELLI, Ângela²

Participaram deste estudo os profissionais de Educação Física, que freqüentam e que são professores de educação física em 3 academias de ginástica de Cruz Alta – RS. A amostra foi probabilística intencional e constituiu-se como população para esta pesquisa de campo 3 academias da cidade de Cruz Alta – RS, sendo o critério de inclusão. Participantes que se dispuseram a participar e assinaram o termo de consentimento, no total participaram 9 profissionais. Utilizou-se um questionário de perguntas fechadas, validadas a partir da Associação Gaúcha de Nutrição- AGAN. Neste instrumento as perguntas concentram-se no aspecto sobre: prática de atividade física, freqüências e periodicidade, modalidade esportivas que identificam a população. Outro aspecto da entrevista foram sobre a utilização de suplemento, tipos, modo de uso, tempo de uso, indicação e resultados. Após serem entregue os questionários, foi feita a análise descritiva dos resultados e por fim o enfrentamento com a literatura e discussão dos dados apresentados. Os resultados foram analisados por análise descritiva por inferência percentual. Com este estudo pode-se observar que a média de idade entre os participantes da atividade física é de 88,8% das mulheres estão com idade entre 23 a 28 anos, e 11,1% de homens com idade entre 29 e 31 anos. A maioria dos homens utilizam para aumentar amassa muscular, entre outros objetivos e as mulheres não utilizam.

Palavras-chave: Profissionais de Educação Física. Academia de Ginásticas. Suplementos alimentares.

¹ Acadêmica do Curso de Educação Física . E-mail - Carinagewehr@hotmail.com

² Profª M.Sc. do Centro de Ciências da Saúde da UNICRUZ.