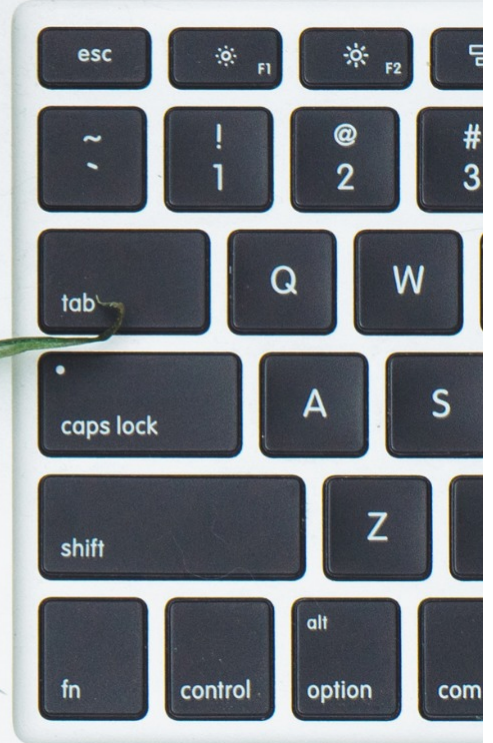




Jakeline Olindina Francelino
Viviane do Nascimento Lima
Wallace Batista da Costa

NUTRIÇÃO E SUAS PERSPECTIVAS CIENTÍFICAS



EDITORA CONHECIMENTO LIVRE

Jakeline Olindina Francelino
Viviane do Nascimento Lima
Wallace Batista da Costa

NUTRIÇÃO E SUAS PERSPECTIVAS CIENTÍFICAS

1ª ed.

Piracanjuba-GO
Editora Conhecimento Livre
Piracanjuba-GO

1ª ed.

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

Francelino, Jakeline Olindina
F815N NUTRIÇÃO E SUAS PERSPECTIVAS CIENTÍFICAS

/ Jakeline Olindina Francelino. Viviane do Nascimento Lima. Wallace Batista da Costa. –
Piracanjuba-GO

Editora Conhecimento Livre, 2023

54 f.: il

DOI: 10.37423/2023.edcl743

ISBN: 978-65-5367-323-6

Modo de acesso: World Wide Web

Incluir Bibliografia

1. nutrição-clínica 2. nutrição-esportiva 3. saúde-pública 4. educação-nutricional 5. gastronomia-hospitalar I. Francelino, Jakeline Olindina II. Lima, Viviane do Nascimento III. Costa, Wallace Batista da IV. Título

CDU: 613

<https://doi.org/10.37423/2023.edcl743>

O conteúdo dos artigos e sua correção ortográfica são de responsabilidade exclusiva dos seus respectivos autores.

EDITORIA CONHECIMENTO LIVRE

Corpo Editorial

MSc Edson Ribeiro de Britto de Almeida Junior

MSc Humberto Costa

MSc Thays Merçon

MSc Adalberto Zorzo

MSc Taiane Aparecida Ribeiro Nepomoceno

PHD Willian Douglas Guilherme

MSc Andrea Carla Agnes e Silva Pinto

MSc Walmir Fernandes Pereira

MSc Edisio Alves de Aguiar Junior

MSc Rodrigo Sanchotene Silva

MSc Wesley Pacheco Calixto

MSc Adriano Pereira da Silva

MSc Frederico Celestino Barbosa

MSc Guilherme Fernando Ribeiro

MSc. Plínio Ferreira Pires

MSc Fabricio Vieira Cavalcante

PHD Marcus Fernando da Silva Praxedes

MSc Simone Buchignani Maigret

Dr. Adilson Tadeu Basquerote

Dra. Thays Zigante Furlan

MSc Camila Concato

PHD Miguel Adriano Inácio

MSc Anelisa Mota Gregoleti

PHD Jesus Rodrigues Lemos

MSc Gabriela Cristina Borborema Bozzo

MSc Karine Moreira Gomes Sales

Dr. Saulo Cerqueira de Aguiar Soares

MSc Pedro Panhoca da Silva

MSc Helton Rangel Coutinho Junior

MSc Carlos Augusto Zilli

MSc Euvaldo de Sousa Costa Junior

Dra. Suely Lopes de Azevedo

MSc Francisco Odecio Sales

MSc Ezequiel Martins Ferreira

MSc Eliane Avelina de Azevedo Sampaio

CAPÍTULO 1	5
AVALIAÇÃO DO CONSUMO DE BEBIDAS ESPORTIVAS EM UNIVERSITÁRIOS DO MUNICÍPIO DE OLINDA / PE	
Kaio Henrique dos S. Brasil	
Madalena Vieira da Silva Brito	
Fabricia Roberto da Silva	
Wallace Batista da Costa	
Jakeline Olindina Francelino	
DOI 10.37423/230507810	
CAPÍTULO 2	14
CONSUMO DE SUPLEMENTOS ALIMENTARES POR FREQUENTADORES DE ACADEMIAS NA CIDADE DE OLINDA-PE	
Ana Maria Alves de Souza	
Igor Santos Silva	
Maria Magdala Sales de Azevedo	
Jakeline Olindina Francelino	
Wallace Batista da Costa	
DOI 10.37423/230507811	
CAPÍTULO 3	24
GASTRONOMIA HOSPITALAR E CÂNCER: UMA ABORDAGEM NUTRICIONAL	
Viviane do Nascimento Lima	
Jonathan Thallys Lopes Pereira	
Naíra Paes de Moura	
Jakeline Olindina Francelino	
Wallace Batista da Costa	
DOI 10.37423/230507812	
CAPÍTULO 4	35
INFLUÊNCIA DA MÍDIA NO CONTEXTO ALIMENTAR INFANTIL: REVISÃO INTEGRATIVA	
Hellen Kananda Dantas Mendes	
Luiz Miguel Gomes Barbosa	
Juliana de Souza dos Santos Medeiros	
Wallace Batista da Costa	
Jakeline Olindina Francelino	
DOI 10.37423/230507813	

INTEGRAÇÃO DA GASTRONOMIA NA NUTRIÇÃO DE ATLETAS DO FUTEBOL

Reginaldo Ferreira da Silva Junior

Luana Rodrigues Cordeiro da Silva

Vitória Felício Souto

Jakeline Olindina Francelino

Wallace Batista da Costa

DOI 10.37423/230507814

Capítulo 1



10.37423/230507810

AVALIAÇÃO DO CONSUMO DE BEBIDAS ESPORTIVAS EM UNIVERSITÁRIOS DO MUNICÍPIO DE OLINDA / PE

Kaio Henrique dos S. Brasil

*Faculdade de Comunicação, Tecnologia e
Turismo*

Madalena Vieira da Silva Brito

*Faculdade de Comunicação, Tecnologia e
Turismo*

Fabricia Roberto da Silva

*Faculdade de Comunicação, Tecnologia e
Turismo*

Wallace Batista da Costa

*Faculdade de Comunicação, Tecnologia e
Turismo*

Jakeline Olindina Francelino

Universidade Federal de Pernambuco



Resumo: As bebidas esportivas que são designadas a melhorar o desempenho e a hidratar atletas que participam de esportes de resistência e de longa duração estão sendo comercializadas para todo e qualquer público, para os quais esses produtos não são destinados. Avaliar o consumo de bebidas esportivas em universitários de uma instituição privada da cidade de Olinda-PE, através de estudo transversal, com amostra composta por 35 universitários, de ambos os sexos. Foi observado o consumo de bebidas esportivas; o motivo do uso de suplementos, o interesse sobre a composição; a influência do marketing e a prática de alguma atividade/modalidade esportiva. Pode-se observar que a sociedade está cada vez mais em desespero por um padrão de beleza específico e um estilo de vida saudável fácil. Entender sobre individualidade biológica é o primeiro passo para uma mudança benéfica significativa a nível mundial.

Palavras-chave: Bebida esportiva; Açúcar; Universitários.

INTRODUÇÃO

As bebidas esportivas que são designadas a melhorar o desempenho e a hidratar atletas que participam de esportes de resistência e de longa duração estão sendo comercializadas para todo e qualquer público, para os quais esses produtos não são destinados (BROUGHTON; FAIRCHILD e MORGAN, 2016). O termo “bebidas açucaradas” é facilmente comparado com bebidas aumentadas em carboidratos tradicionais, como refrigerantes. No entanto, também engloba bebidas esportivas ou bebidas eletrolíticas, com sabor de frutas ou outras bebidas que contenham grande teor de açúcar adicionado. As bebidas esportivas foram criadas em 1965 nos Estados Unidos para serem usadas como suplementos dietéticos para atletas durante atividade física prolongada e de alta intensidade, incluindo atividades realizadas em altas temperaturas e umidade. Essas bebidas foram criadas para atletas ou indivíduos que necessitam de fornecimento de água, bem como carboidratos e eletrólitos perdidos ou utilizados durante atividade física (WHITE, 2019).

Os carboidratos estão entre os macronutrientes que oferece energia e podem, assim, ajudar para o consumo excessivo de energia e posteriormente ao ganho de peso. Contudo, Há destaque de que as bebidas adoçadas com açúcar não leva à saciedade na mesma proporção que as formas sólidas de carboidratos, e que o aumento no consumo de bebidas açucaradas está associada ao ganho de peso (BROUGHTON; FAIRCHILD e MORGAN, 2016). A alimentação de universitários se baseia em alimentos com alto teor de gordura saturada, sódio, carboidratos e densidade energética e é observados alimentos como batata frita, lanches do tipo fast food e bebidas açucaradas (FRANÇA e MARCHIORI, 2018).

Consumir muito açúcar e muitos alimentos e bebidas com alto teor de açúcar pode acarretar ao ganho de peso, e com isso aumenta o risco de doença cardíaca, diabetes tipo 2, derrame e alguns tipos de câncer e também ao surgimento de cárie dentária (PHE, 2017). As bebidas esportivas originalmente desenvolvidas para melhorar o desempenho e prevenir ou tratar desidratação, insolação e câibras musculares em atletas de elite são consumidas regularmente por quase 60% da população adolescente. As bebidas esportivas são freqüentemente vistas como saudáveis e as campanhas de marketing falham em delinear os tipos e a quantidade de atividades que justificam o uso apropriado (WHITE, 2019). Diante dos fatos apresentados, o objetivo deste trabalho é analisar o consumo de bebidas esportivas por universitários de uma instituição privada de Olinda/PE, verificando a alta ingestão de açúcar e o nível de atividade física de cada indivíduo.

DESENVOLVIMENTO (PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS, RESULTADOS E DISCUSSÃO)

Trata-se de estudo transversal, com amostra por conveniência, aprovado pelo Comitê de Ética em pesquisa de Seres Humanos, da Faculdade de Medicina de Olinda (CAAE 06957618.1.0000.8033). A amostra foi composta por 35 universitários de uma instituição privada de Olinda/PE, de ambos os sexos, onde a coleta ocorreu no período de 01 de julho à 31 de agosto, onde todos os participantes assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido, previamente ao período de coleta.

Os critérios de inclusão foram ausência de doenças no momento da realização do projeto, e se enquadrar na faixa etária de 18 a 55 anos, como também, ter o hábito de freqüentar a instituição, no mínimo, 10 horas por semana. Os critérios de exclusão foram a ausência de participação em alguma das fases do projeto. O instrumento utilizado para coleta dos dados, foi um questionário padronizado com questões pertinentes ao assunto, elaborado especificamente para este trabalho (utilização de bebida esportiva, tempo de consumo, freqüência de treino, influencia do marketing, sensação de desconforto) que foram perguntadas aos voluntários da pesquisa. Para análise estatística, foi realizada uma análise descritiva, onde os dados quantitativos estão apresentados como média máxima e desvio padrão. As análises foram realizadas utilizando o Excel e os gráficos pelo GraphPad Prism versão 8.0.

Quanto ao sexo, à amostra foi constituída em sua maioria por mulheres, $n=19$ (54%). A média de idade dos universitários foi de no mínimo 19 anos e idade máxima de 51 anos ($DP + 8.599$). A amostra foi composta por 35 indivíduos. Através da análise descritiva foi observado dentre a amostra, o consumo de bebidas esportivas. Onde $n=16$ participantes afirmaram que fazem consumo de bebidas esportivas e $n=19$ participantes afirmaram não fazer o consumo desse tipo de bebida, conforme o gráfico 1. O gráfico 2 demonstra dados referentes ao motivo do uso de suplementos, onde $n=8$ indivíduos (50%) relataram escolher pelo sabor, e $n=8$ indivíduos (50%) especificaram o aumento da demanda energética. Foram analisadas quantas vezes na semana os participantes ($n=16$) fazem consumo de bebida esportiva, sendo prevalente o consumo de 1 a 3 vezes na semana ($n=16$); conforme o gráfico 3. Foi constatado que $n=26$ participantes não tinham interesse sobre a composição das bebidas esportiva, e $n=9$ participantes relataram a busca de informação sobre a composição da bebida esportiva, conforme o gráfico 4 apresenta. Em relação a influência do marketing $n=27$ participantes afirmaram que o marketing possui influencia na hora da compra ou escolha das bebidas esportivas, e $n=8$ participantes, discordaram desta informação, como descrito no gráfico 5. Quanto a pratica de exercício físico, foi evidenciado que $n=22$ participantes praticam alguma atividade/modalidade esportiva, enquanto que $n=13$ participantes, não praticam nenhuma atividade/modalidade, como

apresentado no gráfico 6. Aos participantes que relataram fazer o consumo das bebidas $n=16$, foi perguntado se sentiam algum tipo de desconforto após o consumo, onde $n=9$ participantes não sentiam nenhum tipo de desconforto e os outros $N=7$ participantes sentiam sim desconforto a nível estomago.

Gráfico 1. Consumo de bebidas esportivas em universitários de Olinda-PE.

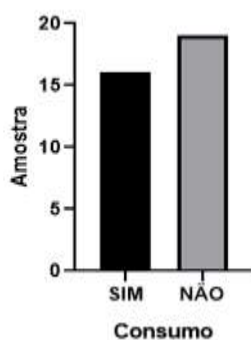


Gráfico 2. Motivação do consumo da bebida esportiva por universitários de Olinda-PE.

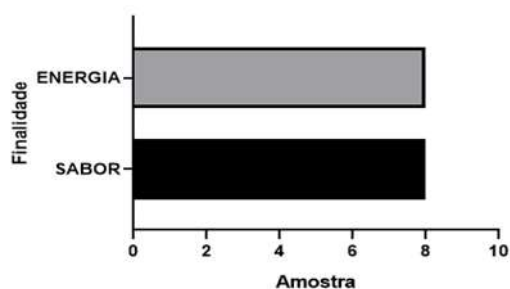


Gráfico 3. Quantidade semanal do consumo de bebida esportivas por universitários de Olinda-PE.

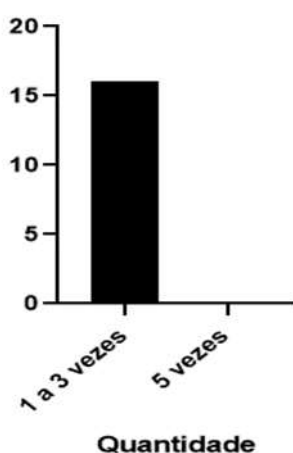
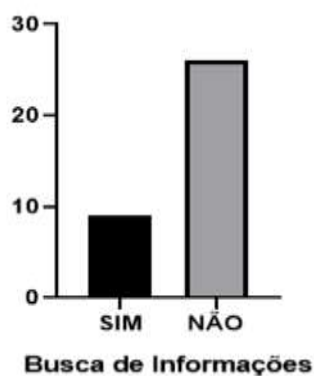
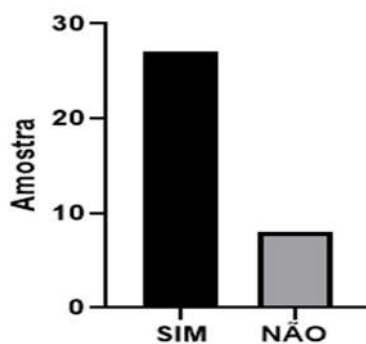
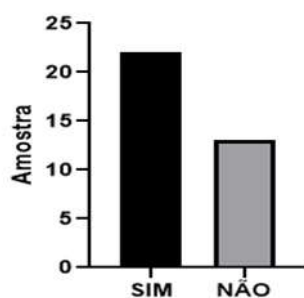
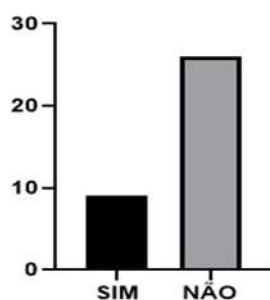


Gráfico 4. Preocupação com a composição da bebida esportiva pelos universitários de Olinda-PE.**Gráfico 5.** Influência do marketing na escolha e compra de bebidas esportivas por universitários de Olinda-PE.**Gráfico 6.** Prática de atividade física dos universitários de Olinda-PE.**Gráfico 7.** Sensação de desconforto após o consumo de bebidas esportivas por universitários de Olinda-PE.

Os resultados obtidos por meio desta pesquisa indicaram que o consumo de bebida esportiva em universitários, não é muito prevalente, entretanto, estudos recentes mostram que as bebidas esportivas são agressivamente comercializadas para os adolescentes e jovens adultos. De acordo com Bashir, *et al.*, (2016) é importante esclarecer conceitos errôneos comuns associados ao consumo de bebidas energéticas, especialmente em adolescentes de alto risco e consumidores frequentes de bebidas energéticas, onde este consumo pode diminuir a frequência de sintomas experimentados pelos adolescentes, como: maior probabilidade de relatar dor de cabeça (76%), raiva (47%) e dificuldade de respiração (22%).

Um dos problemas evidenciados por alguns autores, é que as bebidas esportivas são designadas para melhorar desempenho e a hidratar atletas de alto rendimento e de longa duração, porém, estas estão sendo comercializadas para todo e qualquer público, onde esse aumento de demanda pode ser explicado, em relação ao marketing ser limitado em algumas informações de consumo, como também, em relação ao tipo e a quantidade específica de atividade que é necessária para fazer consumo desse tipo de produto (BROUGHTON; FAIRCHILD e MORGAN, 2016).

De acordo com Thomas, *et al.*, (2019), o consumo de bebida esportiva em jogadores de elite de vídeo game não surtiu efeito sobre a questão física e nem cognitiva. Deixando claro que os benefícios desse tipo de produto são gerados apenas para o público que as bebidas esportivas são designadas. Conforme o estudo de Hammond e Reid, (2018) No geral, 83% dos jovens relataram ter visto anúncios de bebidas energéticas em pelo menos um canal, incluindo na televisão (60%), pôsteres / letreiros em lojas (49%) e on-line (44%).

O marketing é um fator importante para ser analisado porque é um mecanismo de relevância na hora da escolha e compra de bebidas energéticas e esse produto tem um alto alcance entre os jovens. Os anúncios de bebidas energéticas foram vistos como direcionados aos jovens e promovendo o uso durante os esportes. França e Marchiori, (2018) em sua pesquisa apontaram que houve uma grande mudança dos hábitos alimentares dos universitários, principalmente quanto ao consumo de bebidas açucaradas, o que vem aumentando as modificações alimentares da população brasileira, e concluiu que apesar do público estudado ser da área da saúde, sua ingestão de bebidas com alto teor de açúcares é frequente o que aponta para a necessidade de orientações sobre escolhas alimentares mais saudáveis. As pessoas que fazem consumo de bebida esportiva de forma errônea, associado a uma má alimentação pode agravar a saúde desenvolvendo o ganho de peso, e com isso aumenta o risco de

doença cardíaca, diabetes tipo 2, derrame e alguns tipos de câncer e também ao surgimento de cárie dentária.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Essa pesquisa foi importante no sentido de gerar dados para estudos futuros e servir de alerta para a população. Estamos diante de uma sociedade em desespero por um padrão de beleza específico e um estilo de vida saudável fácil. Entender sobre individualidade biológica é o primeiro passo para uma mudança benéfica significativa a nível mundial.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BASHIR, D.; REED-SCHRADER, E.; OLYMPIA, R.P.; BRADY, J.; RIVERA, R.; SERRA, T.; WEBER, C. Clinical Symptoms and Adverse Effects Associated with Energy Drink Consumption in Adolescents. *Pediatric Emergency Care*, v. 32, n. 11, pp. 751-755, 2016.

BROUGHTON, D.; FAIRCHILD, R.M.; MORGAN, M.Z. A survey of sports drinks consumption among adolescents. *Brazilian Dental Journal*, v. 220, pp. 639643, 2016.

FRANÇA, J.Q.D.S.; MARCHIORI, J.M.G. Avaliação do consumo de bebidas açucaradas em universitários da cidade de Bebedouro. *Revista Ciências Nutricionais*, v. 2, n. 2, pp. 37–41, 2018.

HAMMOND, D.; REID, J.L. Exposure and perceptions of marketing for caffeinated energy drinks among young Canadians. *Public Health Nutrition*, v. 21, pp. 535–542, 2018.

PHE – Public Health England. Sugar Reduction: Achieving the 20%. *British Medical Journal*, v. 354, p. i4576, 2017.

THOMAS, C.J.; ROTHSCHILD, J.; EARNEST, C.P.; BLAISDELL, A. The Effects of Energy Drink Consumption on Cognitive and Physical Performance in Elite League of Legends Players. *Sports*, v. 7, n. 9, 2019.

WHITE, N.D. Approaches to Reduce Sports Drink Consumption Among Adolescents. *American Journal of Lifestyle Medicine*, v. 13, pp. 145-147, 2019.

Capítulo 2



10.37423/230507811

CONSUMO DE SUPLEMENTOS ALIMENTARES POR FREQUENTADORES DE ACADEMIAS NA CIDADE DE OLINDA-PE

Ana Maria Alves de Souza

*Faculdade de Comunicação, Tecnologia e
Turismo*

Igor Santos Silva

*Faculdade de Comunicação, Tecnologia e
Turismo*

Maria Magdala Sales de Azevedo

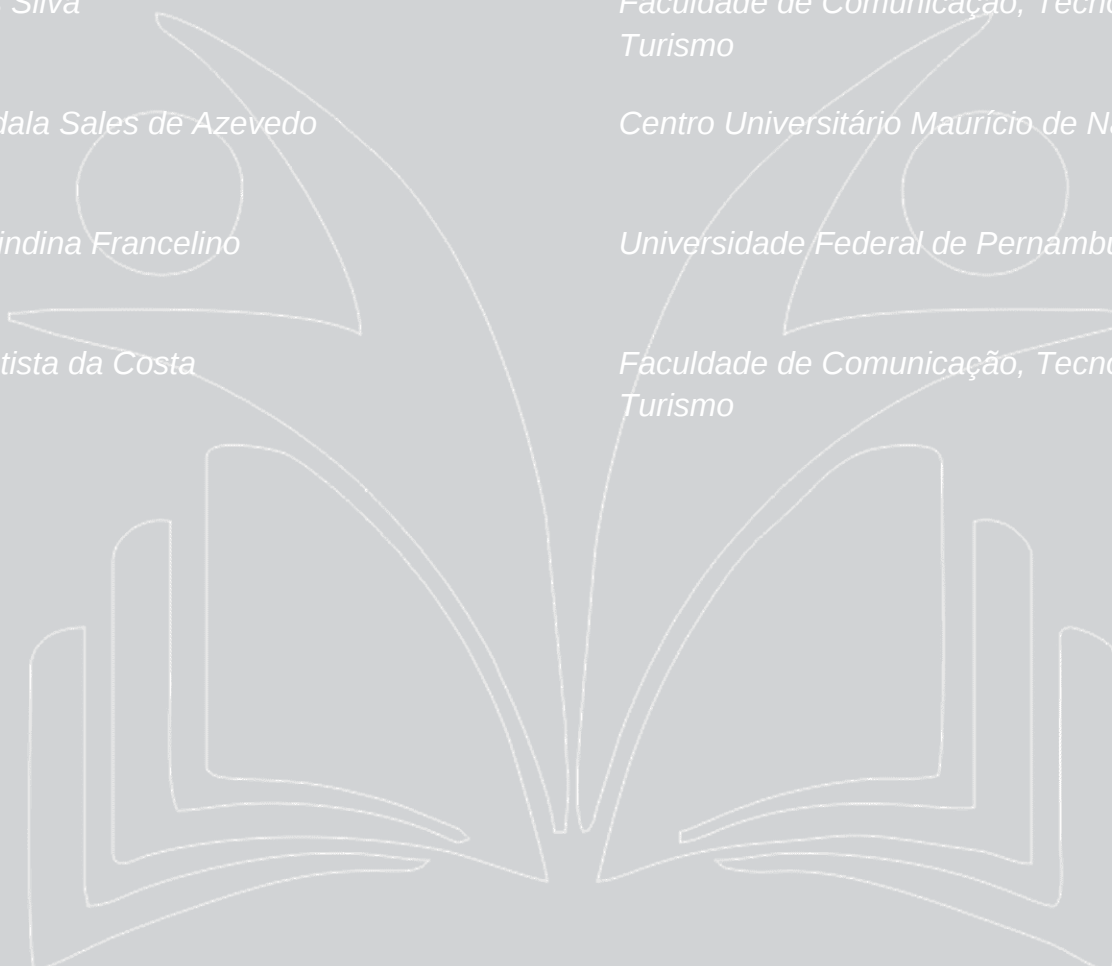
Centro Universitário Maurício de Nassau

Jakeline Olindina Francelino

Universidade Federal de Pernambuco

Wallace Batista da Costa

*Faculdade de Comunicação, Tecnologia e
Turismo*



Resumo: Os suplementos são substâncias utilizadas com a finalidade de melhorar o desempenho esportivo e a recuperação pós-exercício e incluem todos substitutos de refeição que seja fácil de transportar, de consumir e de digestão rápida, suplementos prontos para beber, barras energéticas e carboidratos em gel. O objetivo foi avaliar o consumo de suplementos alimentares por frequentadores de academias na cidade de Olinda-PE. A amostra foi composta por 150 indivíduos de ambos os sexos, onde verificou-se que 67 faziam uso diário de algum suplemento sendo os mais citados creatina e *whey protein*. Quando perguntados sobre a indicação de uso, a iniciativa própria teve 52% de prevalência seguido por indicação de amigos com 21% e indicação de nutricionista por 13,5%. Conclui-se que é cada vez mais crescente a utilização de suplementos alimentares por parte dos praticantes de exercício físico, sem uma orientação de um profissional qualificado. A cada dia cresce o número de produtos e suas plataformas de vendas, facilitando assim o consumo de qualquer indivíduo interessado em suplementos.

Palavras-chave: Recursos ergogênicos; Atividades físicas; Saúde; Nutrição.

INTRODUÇÃO

Os suplementos ou recursos ergogênicos, são substâncias ou processos utilizados com a finalidade de melhorar o desempenho esportivo e a recuperação pós-exercício (VIEIRA, *et al.*, 2018). A origem do uso de suplementos ocorreu na Antiguidade e baseava-se no comportamento supersticioso dos atletas e soldados. Estes eram orientados a consumir partes específicas de animais, de forma a obter bravura, habilidade, velocidade ou força, características inerentes a esses animais. Manias dietéticas são conhecidas desde 400 a.C a 500 a.C, quando atletas e guerreiros ingeriam fígado de veado e coração de leões (GOSTON e CORREIA, 2009).

Os suplementos para a prática esportiva incluem todos substitutos de refeição que seja fácil de transportar, de consumir e de digestão rápida, suplementos prontos para beber, barras energéticas e carboidratos em gel. Tais produtos geralmente são enriquecidos com 33% a 100% da recomendação diária (RDC) de vitaminas e minerais; fornecem quantidades e tipos variados de carboidratos, proteínas e gorduras. Muitos praticantes de exercício, seja ele atleta ou não, utilizam esses produtos como meio conveniente de melhorar a dieta. Entretanto, se forem utilizados regulamente para substituir alimentos integrais, poderão privar esses praticantes de exercício/atletas de uma dieta bem balanceada. Também podem conter elevados teor de açúcares, gorduras e proteínas, além de cafeína e algumas substâncias proibidas, como epinefrina e algumas ervas (MAHAN; ESCOTT-STUMP e RAYMUNDO, 2013).

Na legislação brasileira é obrigatório o registro na Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) de qualquer produto fabricado no país ou importado que seja configurado como alimento, o regulamento se dá através da Portaria nº. 222, de março de 1998, que aprova a comercialização de suplementos alimentares para praticantes de atividades física, desde que não apresentem ação tóxica (BRASIL, 1998; NEVES, *et al.*, 2017).

Hoje a oferta de suplementos alimentares é muito grande, principalmente a mídia digital, disponibiliza anúncios com frequência fazendo com que milhões de pessoas de diferentes idades tenham acesso a essas informações diariamente. Esses anúncios geralmente enfatizam melhoras no desempenho físico, principalmente, aumento da massa muscular, redução da gordura corporal, aumento da capacidade aeróbica, aumento na velocidade de recuperação pós exercícios e/ou promoção de alguma melhora no desempenho esportivo (PACHECO, 2014). A busca para atingir os padrões estéticos almejados, tem aumentado o consumo de suplementos alimentares (FRADE, *et al.*, 2016).

É necessário estar atento a uma condição de distúrbio da imagem corporal. Caso a busca de um corpo esteticamente perfeito seja excessiva, há o risco de praticantes de musculação se submeterem a ações prejudiciais à saúde, como o excesso de treinamento (overtraining) ou a ingestão inadequada de substâncias ergogênicas, a fim de maximizar os resultados almejados, sem a preocupação com os possíveis danos causados por atitudes ilícitas e sem orientação (HIRSCHBRUCH; FISBERG e MOCHIZUKI, 2008). Há uma importante relação entre a nutrição e a prática de exercício porque a capacidade do rendimento do organismo melhora através de uma alimentação adequada, com a ingestão equilibrada de todos os nutrientes (SOUZA, R.; CENI, 2014).

Assim sendo, o nutricionista é considerado o profissional capacitado e habilitado para orientar tanto o consumo de suplementos e fitoterápicos quanto uma dieta apropriada e específica para cada tipo de esporte praticado, dentro de academias e clubes com a finalidade de obter melhores resultados além de promover melhores escolhas alimentares levando assim a uma melhora na qualidade de vida (FRADE, *et al.*, 2016). O crescente consumo de suplementos nutricionais, associado ao aumento da oferta dos mesmos no mercado, desperta-se o interesse em realizar esta pesquisa, com o objetivo de avaliar a frequência do consumo dos mesmos, verificar os responsáveis pela indicação e investigar a finalidade do uso de tais suplementos por praticantes de musculação de diversas academias de ginástica no município de Olinda - PE.

DESENVOLVIMENTO (PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS, RESULTADOS E DISCUSSÃO)

Trata-se de estudo transversal, com amostra por conveniência, aprovado pelo Comitê de Ética em pesquisa de Seres Humanos, da Faculdade de Medicina de Olinda (CAAE 09709019.6.0000.8033). A amostra foi composta por 150 praticantes de exercício físico de diferentes modalidades, de ambos os sexos, com escolaridade entre o 1º grau completo ao ensino superior incompleto, onde a coleta ocorreu no período de 01 de julho à 31 de agosto, em 3 (três) academias de Olinda – PE, onde todos os participantes assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido, previamente ao período de coleta.

Os critérios de inclusão do trabalho, foram: os participantes estarem devidamente matriculados nas academias escolhidas, serem fisicamente ativos (frequentar no mínimo, 2x por semana a academia, independente da modalidade), serem maiores de 18 anos, e terem assinado o TCLE. Os critérios de exclusão foram indivíduos que não praticassem exercício físico, e/ou estivesse impossibilitado de responder o questionário utilizado na coleta.

O instrumento utilizado para coleta dos dados, foi um questionário padronizado com questões pertinentes ao assunto, elaborado especificamente para este trabalho (frequência de treino, uso de suplementos nutricionais, indicação e qual a finalidade do uso) que foram perguntadas aos voluntários da pesquisa. Para análise estatística, foi realizado uma análise descritiva, onde os dados quantitativos estão apresentados como média e os dados qualitativos estão apresentados como frequência média e relativa. As análises foram realizadas utilizando o excel e os gráficos pelo GraphPad Prism versão 8.0.

A amostra foi composta por 150 indivíduos, onde $n=76$ (51%) eram do sexo feminino. Da população total, $n=67$ indivíduos (44,6%) disseram utilizar algum tipo de suplementos e $n=83$ indivíduos (55,3 %) relataram não fazerem o consumo dos mesmos, como representados no gráfico 1. O gráfico 2 representa a especificidade do gênero de consumo dos suplementos, sendo $n=41$ (61%) do sexo masculino e $n=26$ (39%) do sexo feminino. A frequência de treino dos indivíduos variou entre 2 vezes e 6 vezes por semana, prevalecendo a frequência de 5 vezes por semana. Quanto ao nível de escolaridade dos 150 participantes, houve uma prevalência maior entre o 2º grau completo ($n=52$) e o superior incompleto ($n=42$), como representado no gráfico 3.

Através da análise descritiva, como evidenciado no gráfico 4, foi observado a média dos suplementos mais utilizados: creatina 45 (67%), seguido do Whey protein com 35 (52%), o BCAA 20 (29%), Termogênicos 15 (22%), a Cafeína 6 (8%) e outros 19 (28%), onde todos relataram fazer uso diariamente dos suplementos citados. Em relação aos locais onde foram adquiridos, 69% foram em lojas físicas, e 31% em lojas virtuais. O gráfico 5 demonstra os dados referentes a indicação do uso de suplementos, tendo como resultados a iniciativa própria $n=35$ (52%), seguido por indicação de amigos com $n=14$ (21%), nutricionista $n=9$ (13,5%) e outros $n=9$ (13,5%).

Gráfico 1. Utilização de suplementos em frequentadores de academia da cidade de Olinda-PE.

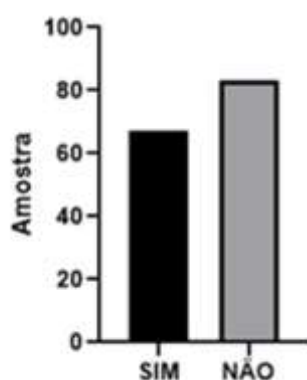


Gráfico 2. Frequência do uso de suplementos de acordo com o sexo de frequentadores de academia da cidade de Olinda-PE

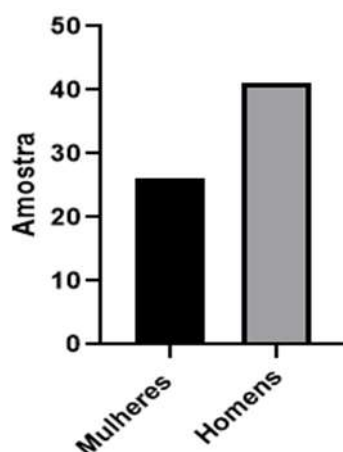


Gráfico 3. Nível de escolaridade de frequentadores de academia da cidade de Olinda-PE.

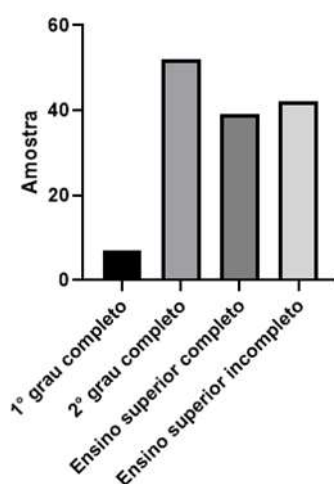


Gráfico 4. Prevalência dos suplementos mais consumidos, por frequentadores de academia da cidade de Olinda-PE.

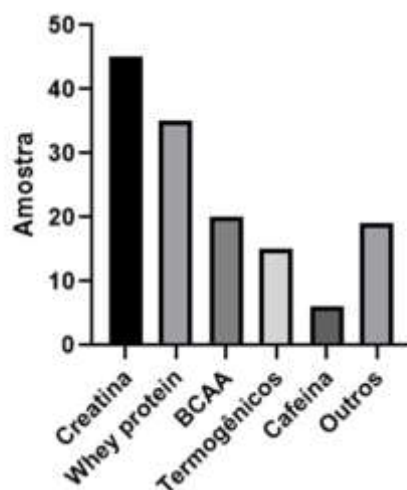
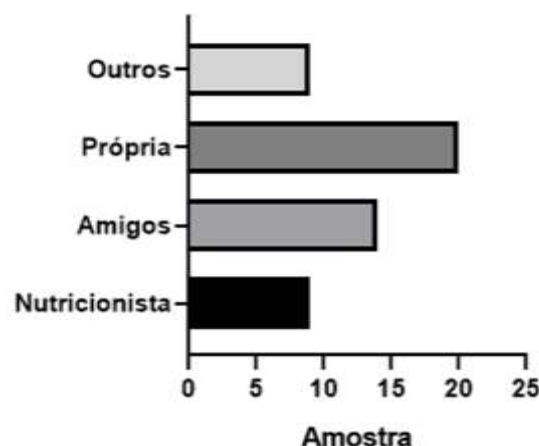


Gráfico 5. Indicação recebida para o uso de suplementos, em frequentadores de academia da cidade de Olinda-PE



Os resultados obtidos por meio desta pesquisa indicaram que os indivíduos que consumiam suplemento alimentar, na sua maioria do sexo masculino, praticam atividades regularmente, pelo menos 5x por semana. Isso indica, que com a prática prolongada, a tendência é ocorrer uma busca aumentada da utilização de suplementos, com o intuito de reforçar os resultados do exercício físico, cujo principal objetivo é ganhar massa muscular, definição muscular e perda de peso. Esse elevado consumo mostra que a prática de uso de suplementos vem crescendo entre as pessoas que praticam exercício físico dentro das academias. De acordo com Hirschbruch, Fisberg e Mochizuki (2008), homens tendem a utilizar suplementos de maneira mais regular e as mulheres de modo mais ocasional, e que a maioria dos usuários de suplementos, praticam exercícios com a finalidade de ganhar massa muscular e perder gordura, dados esses que corroboram com o encontrado no presente estudo.

O suplemento mais citado e utilizado entre os entrevistados deste estudo, foi a creatina seguido de whey protein, onde a maioria relatou que ambos os suplementos, era estimulantes para ganho de massa magra, definição e perda de peso. Porém quando perguntados se conheciam a finalidade real dos suplementos por eles consumidos, a maioria disse que o conhecimento veio através da internet e de amigos, e seguiam na sua maioria, as indicações dos rótulos. Não é raro encontrar frequentadores de academias consumindo suplementos sem conhecer seu ingrediente principal e sua real função. De acordo com estudo realizado por Rocha e Pereira, (1998) a maioria dos entrevistados relataram que utilizavam a quantidade e prescrição recomendada no rótulo do produto, ou utilizavam da maneira individual mais conveniente.

Quando se refere a indicação prévia para consumo de suplementos, nosso estudo evidenciou que em sua maioria, os entrevistados iniciaram o uso de suplementos, por iniciativa própria e por indicação de amigos, seguido do nutricionista. que a prevalência maior, foram de indivíduos que iniciaram o uso de suplementos de maneira própria, aumentando desta forma, riscos relacionados a qualidade de vida, e bem-estar físico (BERTULUCCI, *et al.*, 2010). Diante disto, pode-se sugerir, que essa população, são compostas por indivíduos na grande maioria ativos, e que certamente tem suas necessidades nutricionais aumentadas, dando ênfase assim, a importância da indicação de um profissional qualificado, e apto, para avaliar essas necessidades bem como a definição da necessidade, relacionado ao uso de suplementos.

O que muitos não sabem, é que os amigos na sua maioria são leigos quanto a importância do uso de suplementos, e que provavelmente também iniciaram o uso por conta própria, vale ressaltar que cada indivíduo é singular, nem sempre o que serve para um, irá servir para o outro. Médicos e nutricionistas são os únicos profissionais legalmente habilitados para a prescrição de suplementos. Durante a entrevista houve relatos que, com o consumo dos suplementos, obtiveram além do efeito desejado, outros benefícios como mais resistência e disposição, nenhum dos entrevistados relataram algum efeito contrário ao desejado com o uso dos suplementos. Porém, estudos anteriores mostraram que o consumo demasiado de suplementos pode ter efeitos indesejados como: "tonteira, náuseas, irritação, insônia e acne", entre outros distúrbios (PEREIRA; LAJOLO e HIRSCHBRUCH, 2003).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O consumo de suplementos foi significativo entre os frequentadores de academias de Olinda – PE. Com base neste estudo, pode-se verificar que cada vez mais cresce o consumo de suplementos por parte dos praticantes de exercícios físicos. Como também, ocorre o crescimento do número e variações de produtos existentes no mercado, meio de venda deles, facilitando assim a compra demasiada e sem restrições. A maioria dos usuários não possuem um conhecimento adequado prévio, sobre o conteúdo dos suplementos e as consequências de sua ingestão a longo prazo. Fazendo uso por iniciativa própria, a fim de garantir um padrão estético, não priorizando a saúde, podendo levar, ao surgimento de um problema de saúde pública. Diante disso, é de suma importância às recomendações de um profissional qualificado.

O surgimento dos suplementos no mercado tem sido de grande volume, e suas vendas demasiadas aumentadas, a facilidade de comprar, leva muitos indivíduos a adquirirem sem orientação alguma, no

caso dos entrevistados, afirmaram comprar em lojas físicas e virtuais, sem nenhuma restrição. O surgimento de regulações específicas sobre o assunto, facilitaria a atuação dos profissionais de saúde e levaria mais informações seguras e eficiente sobre esses produtos à população. Apurou-se neste estudo a necessidade de se ampliar as pesquisas sobre o consumo de suplementos, para esclarecer conceitos e orientar a população, referente ao consumo de suplementos alimentares.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BERTULUCCI, K.N.B.; SCHEMBRI, T.; PINHEIRO, A.M.M.; NAVARRO, A.C. Consumo de suplementos alimentares por praticantes de atividade física em academias de ginástica em São Paulo. *Revista Brasileira de Nutrição Esportiva*, v. 4 n. 20, 2010.

BRASIL, Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância Sanitária. Portaria nº 222, de 24 de março de 1998 - Alimentos para praticantes de atividade física. 1998.

FRADE, R.E.T.; VIEBIG, R.F. ; MOREIRA, I.C.L.S.; FONSECA, D.C. Avaliação do consumo de suplementos nutricionais por frequentadores de uma academia da cidade de São Paulo-SP. *Revista Brasileira de Nutrição Esportiva*, v. 10 n. 55, pp. 50-58, 2016.

GOSTON, J.L.; CORREIA, M.I.T.D. Suplementos Nutricionais: Histórico, Classificação, Legislação e Uso em Ambiente Esportivo. *Nutrição em Pauta*, 2009.

HIRSCHBRUCH, M.D.; FISBERG, M.; MOCHIZUKI, L. Consumo de suplementos por jovens frequentadores de academias de ginástica em São Paulo, *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, v. 14, n. 6, 2008.

MAHAN, L.K.; ESCOTT-STUMP, S.; RAYMUNDO, J.L. Krause Alimentos, Nutrição e Dietoterapia. 13ª ed. Rio de Janeiro: Mundial, 2013. 511 p.

NEVES, D.C.G.; PEREIRA, R.V.; LIRA, D.S.; FIRMINO, I.C.; TABAI, K.C. Consumo de suplementos alimentares: alerta à saúde pública. *Revista Brasileira de Economia Doméstica*, v. 28, n. 1, pp. 224-238, 2017.

PACHECO, J.J. Prevalência no uso de suplementos alimentares por frequentadores de academias em diferentes regiões do Brasil. UNIESP, 2014.

PEREIRA, R.F.; LAJOLO, F.M.; HIRSCHBRUCH, M.D. Consumo de suplementos por alunos de academias de ginástica em São Paulo. *Revista de Nutrição*, v. 16, n.3, 2003.

ROCHA, L.P.; PEREIRA, M.V.L. Consumo de suplementos nutricionais por praticantes de exercícios físicos em academias. *Revista de Nutrição*, v. 11, n. 1, 1998

SOUZA, R.; CENI, G.C. Uso de suplementos alimentares e autopercepção corporal de praticantes de musculação em academias de palmeira das missões-RS. *Revista Brasileira de Nutrição Esportiva*, v. 8 n. 43, 2014.

VIEIRA, D.M.; MARTINS NETA, G.P.; TUPINAMBÁ, I.M.; COUCEIRO, K.M.; SILVA, M.S.; HORSTMANN, H.; MADURO, I.P.N.N. Avaliação do consumo de suplementos alimentares ergogênicos por praticantes de atividade física em academias de ginástica em Manaus, Amazonas. *Revista de Ciências da Saúde da Amazônia*, n. 1, 2018.

Capítulo 3



10.37423/230507812

GASTRONOMIA HOSPITALAR E CÂNCER: UMA ABORDAGEM NUTRICIONAL

Viviane do Nascimento Lima

Faculdade de Comunicação, Tecnologia e Turismo

Jonathan Thallys Lopes Pereira

Faculdade de Comunicação, Tecnologia e Turismo

Naíra Paes de Moura

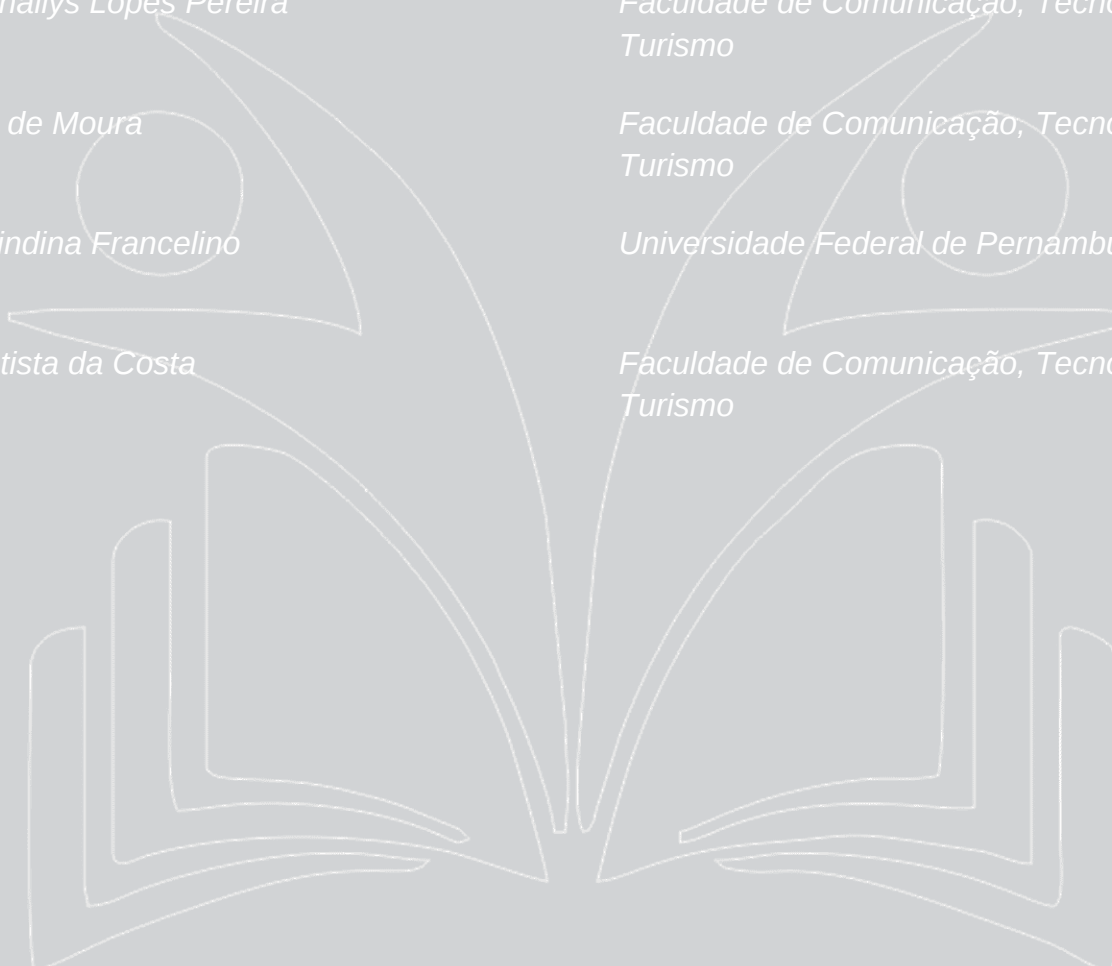
Faculdade de Comunicação, Tecnologia e Turismo

Jakeline Olindina Francelino

Universidade Federal de Pernambuco

Wallace Batista da Costa

Faculdade de Comunicação, Tecnologia e Turismo



Resumo: O preparo de refeições para pacientes oncológicos apresenta desafios únicos. Além dos efeitos colaterais do tratamento que podem afetar a aceitação alimentar, os pacientes podem ter restrições alimentares específicas, devido a alergias, intolerâncias ou preferências pessoais. Com o objetivo de analisar a relação entre a gastronomia hospitalar e o câncer, abordando suas implicações nutricionais, realizou-se uma revisão bibliográfica. Pacientes oncológicos frequentemente enfrentam desafios nutricionais, como anorexia, náusea, diarreia etc., que podem interferir na sua ingestão alimentar, comprometendo sua saúde e bem-estar. Tratamentos como quimioterapia e radioterapia, podem afetar apetite, digestão e absorção de nutrientes, levando à deficiências nutricionais que agravam a resposta ao tratamento e a sua qualidade de vida. A colaboração entre nutricionistas e chefs na gastronomia hospitalar para pacientes oncológicos pode melhorar significativamente suas experiências durante o tratamento. Juntos, podem criar planos dietéticos que atendam às necessidades nutricionais e sensorial dos pacientes, ajudando-os em sua recuperação.

Palavras-chave: Gastronomia hospitalar; Câncer; Intervenção nutricional.

INTRODUÇÃO

O câncer é uma doença complexa que afeta não apenas o corpo, mas também a mente e as emoções do paciente. O tratamento oncológico pode ser agressivo e causar efeitos colaterais indesejados, como náuseas, vômitos, perda de apetite e alterações no paladar. Além disso, o câncer e seu tratamento podem enfraquecer o sistema imunológico, tornando o paciente mais suscetível a infecções e doenças. Por esses motivos, a alimentação adequada e nutricionalmente balanceada é essencial para o sucesso do tratamento oncológico (NAUDIN, *et al.*, 2018). Durante o tratamento do câncer, os pacientes podem apresentar diversos efeitos colaterais que afetam diretamente a alimentação. Náuseas, vômitos, diarreia, perda de apetite e alterações no paladar são alguns dos sintomas mais comuns. Por isso, é fundamental que a gastronomia hospitalar ofereça opções de alimentos que possam minimizar esses efeitos, como preparações leves, suaves e de fácil digestão (SANTANA; RODRIGUES, 2018).

A gastronomia hospitalar é uma área que se dedica a desenvolver cardápios e preparar refeições para pacientes internados em hospitais. Quando se trata de pacientes com câncer, a alimentação é especialmente importante, pois pode afetar diretamente o tratamento e a recuperação (VAN DER MEIJ, 2010; ROBIEN; DEMARK-WAHNEFRIED; ROCK, 2011). A nutrição é um aspecto fundamental para o tratamento e recuperação de pacientes com câncer. A alimentação adequada pode ajudar a fortalecer o sistema imunológico, contribuir para a manutenção do peso corporal e minimizar os efeitos colaterais do tratamento, como náuseas, vômitos, diarreia e perda de apetite. Além disso, a nutrição pode influenciar diretamente a eficácia do tratamento, pois alguns medicamentos podem ser afetados pela alimentação (CAVALCANTE, *et al.*, 2018).

A gastronomia hospitalar deve levar em consideração as particularidades dos pacientes com câncer, como as preferências e restrições alimentares individuais, a necessidade de manutenção do peso corporal e o uso de medicamentos que possam ser afetados pela alimentação. É importante que os cardápios sejam elaborados por profissionais qualificados, como nutricionistas e chefs especializados em gastronomia hospitalar, e que ofereçam opções variadas e equilibradas em nutrientes (FERREIRA, *et al.*, 2020). Quanto a eficácia da gastronomia hospitalar na melhoria da ingestão alimentar de pacientes com câncer, estudo mostra que ela é capaz de aumentar a ingestão de energia e proteínas dos pacientes, bem como melhorar a aceitação das refeições oferecidas (TANGVIK *et al.*, 2017).

A nutrição adequada é fundamental para a prevenção e o tratamento do câncer. Uma dieta rica em frutas, legumes, verduras, grãos integrais, proteínas magras e gorduras saudáveis pode ajudar a reduzir o risco de desenvolver câncer, bem como melhorar os resultados do tratamento. Por outro

lado, uma dieta pobre em nutrientes e rica em alimentos processados e açúcares refinados pode aumentar o risco de desenvolver câncer e prejudicar a eficácia do tratamento (ROCK, *et al.*, 2020). Para pacientes com câncer, a nutrição adequada é ainda mais crucial. O tratamento oncológico pode causar efeitos colaterais que afetam a ingestão de alimentos e nutrientes, o que pode levar à perda de peso, desnutrição e enfraquecimento do sistema imunológico. Por isso, é importante que os pacientes recebam uma dieta personalizada e nutricionalmente balanceada para ajudar a minimizar os efeitos colaterais do tratamento, garantir a absorção de nutrientes e ajudar na recuperação do paciente (ARENDS, *et al.*, 2017; NCI, 2021).

O preparo de refeições para pacientes com câncer apresenta alguns desafios únicos. Além dos efeitos colaterais do tratamento oncológico que podem afetar o apetite e o paladar, os pacientes podem ter restrições alimentares específicas, devido a fatores como alergias, intolerâncias ou preferências pessoais (ACS, 2022; NCI, 2022). Além disso, a preparação de refeições para pacientes com câncer requer conhecimentos específicos de nutrição e gastronomia. Este trabalho tem como objetivo analisar a relação entre a gastronomia hospitalar e o câncer, abordando suas implicações nutricionais, os desafios enfrentados no preparo de refeições para pacientes oncológicos e as melhores práticas para garantir a qualidade da alimentação hospitalar.

DESENVOLVIMENTO (PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS, RESULTADOS E DISCUSSÃO)

Trata-se de um estudo de revisão de literatura com coleta de dados realizada por levantamento e análise bibliográfica de publicações científicas. Para o levantamento dos artigos, foi realizada busca nas bases de dados da Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), por meio das fontes: Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Biblioteca Científica Eletrônica On-line (SciELO), sendo utilizados para a busca os seguintes descritores e suas combinações na língua portuguesa: “Gastronomia Hospitalar”, “Câncer”, “Intervenção Nutricional”.

Os critérios de inclusão definidos para a seleção foram: artigos publicados em língua portuguesa, inglesa e espanhola disponíveis on-line com texto completo, que retratassem a temática referente à gastronomia hospitalar, artigos publicados e indexados nos referidos bancos de dados já mencionados.

A nutrição é uma parte importante do tratamento do câncer e pode afetar a resposta do paciente ao tratamento e sua qualidade de vida. Por essa razão, as diretrizes para o preparo de refeições hospitalares para pacientes oncológicos são específicas e importantes para garantir que esses

pacientes recebam a nutrição adequada para manter a saúde e apoiar o tratamento (ADA, 2012). As diretrizes para o preparo de refeições hospitalares para pacientes oncológicos levam em consideração fatores como a capacidade do paciente de digerir alimentos, possíveis efeitos colaterais do tratamento e necessidades nutricionais específicas (NCCN, 2019). Algumas das diretrizes comuns para o preparo de refeições hospitalares para pacientes oncológicos incluem:

- Evitar alimentos com alto teor de açúcar e gordura saturada, que podem aumentar o risco de obesidade e outras doenças relacionadas ao câncer.
- Fornecer alimentos ricos em proteínas, que são importantes para manter a massa muscular e ajudar na cicatrização de feridas.
- Incluir alimentos ricos em nutrientes como vitaminas e minerais, que podem ajudar a manter o sistema imunológico saudável.
- Oferecer alimentos que sejam fáceis de mastigar e engolir para pacientes que possam ter dificuldade para comer devido a efeitos colaterais do tratamento ou procedimentos cirúrgicos.
- Evitar alimentos que possam causar náusea ou outros efeitos colaterais do tratamento, como alimentos picantes ou gordurosos.

A atuação simbiótica dos profissionais no planejamento e na preparação de refeições personalizadas e nutritivas para pacientes oncológicos é fundamental para garantir a qualidade de vida e a recuperação dos pacientes durante o tratamento. O nutricionista é responsável por avaliar as necessidades nutricionais do paciente, considerando fatores como estágio da doença, tipo de câncer, tratamento, estado nutricional atual e outros fatores individuais. Com base nessa avaliação, é capaz de elaborar um plano alimentar individualizado com orientações específicas sobre as restrições alimentares do paciente, a relação dos nutrientes com medicamentos ou o que podem causar náusea e outros sintomas. Além de ajudar o paciente com possíveis efeitos colaterais, como perda de peso, perda de apetite ou problemas para mastigar e deglutir (NEWMAN, *et al.*, 2023).

Por outro lado, o chef é responsável por transformar o plano alimentar individualizado em refeições saborosas e atraentes que atendam às necessidades nutricionais, restrições e paladar do paciente, principalmente para pacientes anoréxicos. Em colaboração com o nutricionista, escolhem ingredientes adequados, garantindo que os pacientes com câncer recebam refeições personalizadas que atendam às suas demandas nutricionais e preferências sensoriais, melhorando a sua qualidade de vida e reduzindo os efeitos colaterais do tratamento (SILVA; TAVARES, 2019).

Estudos têm mostrado que a constipação é um problema comum em pacientes oncológicos, afetando aproximadamente 40% dos pacientes durante o tratamento do câncer. A constipação pode ser causada por diferentes fatores, incluindo efeitos colaterais de medicamentos, como analgésicos e quimioterapia, além de alterações no estilo de vida, como a redução da atividade física e a ingestão insuficiente de líquidos e fibras (TOKORO, *et al.*, 2019; ABRAMOWITZ, *et al.*, 2013; ROBERTS, *et al.*, 2003). Schmoll, *et al.*, (2012), mostraram que a terapia nutricional personalizada pode contribuir para o alívio da constipação em pacientes oncológicos. Os pesquisadores avaliaram a eficácia de um programa de terapia nutricional em pacientes com câncer colorretal em tratamento com quimioterapia. O programa incluiu orientações nutricionais individualizadas e o uso de probióticos e fibras alimentares. Os resultados mostraram que a terapia nutricional contribuiu para o alívio da constipação e a melhora da qualidade de vida dos pacientes.

Outro estudo realizado por Bossola, (2015) avaliou a eficácia de um programa de terapia nutricional em pacientes com câncer de cabeça e pescoço submetidos à radioterapia. O programa incluiu orientações nutricionais individualizadas e a oferta de suplementos nutricionais. Os resultados mostraram que o programa contribuiu para a prevenção da constipação e a manutenção do peso corporal dos pacientes. Outro estudo avaliou o impacto da nutrição na sobrevivência de pacientes com pacientes com câncer de cólon. Os resultados mostraram que uma dieta rica em frutas, verduras e cereais integrais estava associada a um aumento na sobrevida dos pacientes (MEYERHARDT, *et al.*, 2007).

A gastronomia hospitalar pode enfrentar algumas dificuldades no tratamento de pacientes oncológicos, tais como:

- Restrições alimentares: os pacientes oncológicos podem apresentar diversas restrições alimentares, como falta de apetite, intolerância a determinados alimentos e alterações no paladar, o que pode dificultar a elaboração de um cardápio adequado e agradável (BAUER; CAPRA; FERGUSON, 2002).
- Estado nutricional: muitos pacientes oncológicos apresentam desnutrição ou perda de peso, o que requer uma abordagem nutricional específica para garantir a adequação de nutrientes e energia (BRUERA, *et al.*, 2013).

- Alterações gastrointestinais: os pacientes oncológicos podem apresentar diversas alterações gastrointestinais, como náuseas, vômitos, diarreia e constipação, que podem afetar a ingestão e a absorção de nutrientes (NCCN, 2021a).
- Tratamentos agressivos: o tratamento do câncer muitas vezes envolve procedimentos agressivos, como quimioterapia e radioterapia, que podem afetar o paladar e o apetite dos pacientes, além de causar efeitos colaterais como náuseas e vômitos (NCCN, 2021a).
- Condições emocionais: o diagnóstico e tratamento do câncer podem afetar significativamente o estado emocional dos pacientes, o que pode influenciar a sua disposição para comer e o seu interesse pela alimentação (NCCN, 2021b).

Para enfrentar essas dificuldades, é importante que a equipe de gastronomia hospitalar esteja preparada e capacitada para lidar com as particularidades dos pacientes oncológicos, trabalhando em conjunto com nutricionistas e outros profissionais de saúde para garantir a oferta de refeições adequadas e nutritivas, considerando as restrições alimentares e as condições clínicas de cada paciente. Estudo avaliou o impacto da alimentação no controle dos sintomas em pacientes com câncer em tratamento quimioterápico. Os resultados mostraram que uma dieta rica em frutas, vegetais e fibras foi associada a uma melhora significativa na qualidade de vida desses pacientes, redução dos efeitos colaterais do tratamento e maior adesão ao mesmo (Jatoi, *et al.*, 2005).

Com isso é possível afirmar que a gastronomia hospitalar pode auxiliar no tratamento de sintomas específicos, como a náusea e o vômito, oferecendo alimentos de fácil digestão, com baixo teor de gordura e de condimentos, que possam ser tolerados pelos pacientes, mantendo as características sensoriais, contribuindo para o bem-estar emocional dos pacientes, oferecendo refeições saborosas e atraentes, que possam estimular o apetite e trazer conforto e prazer durante o tratamento. Isso pode ajudar, ainda, a reduzir o estresse e a ansiedade associados ao diagnóstico e ao tratamento do câncer, melhorando a qualidade de vida e a recuperação desses pacientes.

Um estudo avaliou a eficácia de um programa de intervenção nutricional que incluía refeições personalizadas, suplementos nutricionais e apoio nutricional para pacientes com câncer avançado em cuidados paliativos. Os resultados mostraram que a intervenção levou a um aumento significativo no índice de massa corporal (IMC), ingestão de calorias e proteínas, além de melhorias na qualidade de vida dos pacientes (Clayton, *et al.*, 2013). Outro estudo avaliou o impacto de um programa de

intervenção nutricional que incluía refeições personalizadas e suplementos nutricionais para pacientes com câncer avançado em cuidados paliativos. Os resultados mostraram que a intervenção levou a melhorias significativas na ingestão alimentar, na composição corporal e na qualidade de vida dos pacientes (MADDOCKS, *et al.*, 2016).

Estudo publicado em 2015 avaliou a eficácia de um programa de intervenção nutricional que incluía refeições personalizadas, suplementos nutricionais e educação nutricional para pacientes com câncer de cabeça e pescoço. Os resultados mostraram que a intervenção levou a melhorias significativas na ingestão alimentar, no estado nutricional e na qualidade de vida dos pacientes (BOSSOLA, 2015). Enquanto que Blok, *et al.*, (2018) avaliaram o impacto de um programa de intervenção nutricional que incluía refeições personalizadas, suplementos nutricionais e apoio nutricional para pacientes com câncer de pulmão avançado em cuidados paliativos. Os resultados mostraram que a intervenção levou a melhorias significativas na ingestão alimentar, no estado nutricional e na qualidade de vida dos pacientes.

Por fim outro estudo avaliou a adesão de pacientes com câncer de cabeça e pescoço ao programa de intervenção nutricional que incluía refeições personalizadas, suplementos nutricionais e apoio nutricional. Os resultados mostraram que a intervenção levou a melhorias significativas na ingestão alimentar, no estado nutricional e na qualidade de vida dos pacientes (FARIA, *et al.*, 2021).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

As diretrizes para o preparo de refeições hospitalares para pacientes oncológicos são criadas com base em pesquisas e práticas recomendadas para garantir que os pacientes recebam a nutrição adequada para apoiar o tratamento do câncer. Os profissionais de saúde, incluindo nutricionistas e chefs, devem trabalhar juntos para criar planos de refeições que atendam às necessidades nutricionais individuais de cada paciente e ajudem a garantir a melhor resposta deles ao tratamento possível.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ABRAMOWITZ, L.; BÉZIAUD, N.; LABREZE, L.; GIARDINA, V.; CAUSSÉ, C.; CHUBERRE, B.; ALLAERT, F.A.; PERROT, S. Prevalence and impact of constipation and bowel dysfunction induced by strong opioids: a cross-sectional survey of 520 patients with cancer pain: DYONISOS study. *Journal of Medical Economics*, v. 16, n. 12, p. 1423-1433, 2013.

ACS – American Cancer Society. *Nutrition for the Person with Cancer – During Treatment*, 2022.

ADA - American Dietetic Association. *Nutrition and the Cancer Patient*. Chicago, IL: American Dietetic Association, 2012.

AREND, J.; BACHMANN, P.; BARACOS, V.; BARTHELEMY, N.; BERTZ, H.; BOZZETTI, F.; FEARON, K.; HÜTTERER, E.; ISENHART, E.; KAASA, S.; KRZANIC, Z.; LAIRD, B.; LARSSON, M.; LAVIANO, A.; MÜHLEBACH, S.; MUSCARITOLI, M.; OLDERVOLL, L.; RAVASCO, P.; SOLHEIM, T.; STRASSER, F.; VAN DER SCHUEREN, M.; PREISER, J-C. ESPEN guidelines on nutrition in cancer patients. *Clinical Nutrition*, v. 36, n. 1, p. 11-48, 2017.

BAUER, J.; CAPRA, S.; FERGUSON, M. Use of the scored Patient-Generated Subjective Global Assessment (PG-SGA) as a nutrition assessment tool in patients with cancer. *European Journal of Clinical Nutrition*, v. 56, n. 8, p. 779-785, 2002.

BLOK, A.C.; BLONQUIST, T.M.; NAYAK, M.M.; SOMAYAJI, D.; CROUTER, S.E.; HAYMAN, L.L.; COLSON, Y.L.; BUENO, R.; EMMONS, K.M.; COOLEY, M.E. Feasibility and Acceptability of “Healthy Directions” a Lifestyle Intervention for Adults with Lung Cancer. *Psychooncology*, v. 27, n. 1, p. 250–257, 2018.

BOSSOLA M. Nutritional interventions in head and neck cancer patients undergoing chemoradiotherapy: a narrative review. *Nutrients*, v. 7, n. 1, p. 265-276, 2015.

BRUERA, E.; HUI, D.; DALAL, S.; TORRES-VIGIL, I.; TRUMBLE, J.; ROOSTH, J.; KRAUTER, S.; STRICKLAND, C.; UNGER, K.; PALMER, J.L.; ALLO, J.; FRISBEE-HUME, S.; TARLETON, K. Parenteral hydration in patients with advanced cancer: a multicenter, double-blind, placebo-controlled randomized trial. *Journal of Clinical Oncology*, v. 31, n. 1, p. 111-118, 2013.

CAVALCANTE, A.F.A.; SAMPAIO, H.A.; LIMA, A.C.V.; CAVALCANTE, M.C.M. Nutrição e câncer: revisão sistemática sobre a importância da alimentação adequada durante o tratamento oncológico. *Revista Brasileira de Nutrição Clínica*, v. 33, n. 2, p. 141-148, 2018.

CLAYTON, J.M.; BUTOW, P.N.; ARNOLD, R.M.; TATTERSALL, M.H.; CURROW, D.C. A randomized controlled trial of a family-centred intervention for home-based palliative care. *Nutrition*, v. 29, n. 11-12, p. 1352-1359, 2013.

FARIA, S.O.; MORAVIA, R.A.; HOWELL, D.; NETO, J.E. Adherence to nutritional interventions in head and neck cancer patients: a systematic scoping review of the literature. *Journal of Human Nutrition and Dietetics*, v. 34, n. 3, p. 562-571, 2021.

FERREIRA, T.B.V.; SILVA, M.V.; ALMEIDA, C.B.; SANTOS, G.A.; FARIAS, L.F. Food and nutrition in cancer patients: The role of the hospital gastronomy. *Journal of Cancer Research and Clinical Oncology*, v. 146, n. 11, p. 2927-2934, 2020.

JATOI, A.; WINDSCHITL, H.E.; LOPRINZI, C.L.; SLOAN, J.A.; DAKHIL, S.R.; MAILLIARD, J.A.; PUNDALEEKKA, S.; KARDINAL, C.G.; FITCH, T.R.; KROOK, J.E.; NOVOTNY, P.J.; CHRISTENSEN, B. Dronabinol versus megestrol acetate versus combination therapy for cancer-associated anorexia: A North Central Cancer Treatment Group study. *Journal of Clinical Oncology*, v. 23, n. 33, p. 8073-8080, 2005.

MADDOCKS, M.; MURTON, A.; WILCOCK, A.; BENSON, J. A randomized controlled trial of dietary intervention in advanced cancer patients. *Journal of Pain and Symptom Management*, v. 53, n. 5, p. 821-830, 2016.

MEYERHARDT, J.A.; NIEDZWIECKI, D.; HOLLIS, D.; SALTZ, L.B.; MAYER, R.J.; NELSON, H.; WHITTON, R.; HANTEL, A.; THOMAS, J.; FUCHS, C.S. Association of Dietary Patterns With Cancer Recurrence and Survival in Patients With Stage III Colon Cancer. *Nutrition and Cancer*, v. 60, n. 2, p. 185–191, 2007.

NCCN - National Comprehensive Cancer Network. Guidelines Cancer-Related Fatigue. Version 3. 2021a.

NCCN - National Comprehensive Cancer Network. Guidelines Palliative Care. Version 1. 2021b.

NCCN - National Comprehensive Cancer Network. Clinical Practice Guidelines in Oncology: Nutrition and Supportive Care. Version 2. 2019.

NCI - National Cancer Institute. Nutrition in Cancer Care (PDQ) - Health Professional Version, 2021.

NCI - National Cancer Institute. Eating Hints for Cancer Patients: Before, During, and After Treatment, 2022.

NAUDIN, S.; LI, K.; JAOUEN, T.; ASSI, N.; KYRØ, C.; TJØNNELAND, A.; OVERVAD, K.; BOUTRON-ROUULT, M.-C.; REBOURS, V.; VÉDIÉ, A.-L.; BOEING, H.; KAAKS, R.; KATZKE, V.; BAMIA, C.; NASKA, A.; TRICHOPOULOU, A.; BERRINO, F.; TAGLIABUE, G.; PALLI, D.; PANICO, S.; TUMINO, R.; SACERDOTE, C.; PEETERS, P.H.; BUENO-DE-MESQUITA, H.B.A.; WEIDERPASS, E.; GRAM, I.T.; SKEIE, G.; CHIRLAQUE, M.D.; RODRÍGUEZ-BARRANCO, M.; BARRICARTE, A.; QUIRÓS, J.R.; DORRONSORO, M.; JOHANSSON, I.; SUND, M.; STERNBY, H.; BRADBURY, K.E.; WAREHAM, N.; RIBOLI, E.; GUNTER, M.; BRENNAN, P.; DUELL, E.J.; FERRARI, P. Lifetime and baseline alcohol intakes and risk of pancreatic cancer in the European Prospective Investigation into Cancer and Nutrition study. *International Journal of Cancer*, v. 143, n. 4, p. 801-812, 2018.

RYAN, A.M.; POWER, D.G.; DALY, L.; CUSHEN, S.J.; NI BHUACHALLA, E.; PRADO, C.M.; DALY, L. Cancer-associated malnutrition, cachexia and sarcopenia: The skeleton in the hospital closet 40 years later. *Proceedings of the Nutrition Society*, v. 75, n. 2, p. 199-211, 2016.

NEWMAN, C.; YAN, J.; MESSIAH, S.E.; ALBIN, J. Culinary Medicine as Innovative Nutrition Education for Medical Students: A Scoping Review. *Academic Medicine*, v. 98, n. 2, p. 274-286, 2023.

ROBERTS, M.C.; MILLIKAN, R.C.; GALANKO, J.A.; MARTIN, C.; SANDLER, R.S. Constipation, laxative use, and colon cancer in a North Carolina population. *The American Journal of Gastroenterology*, v. 98, n. 4, p. 857-864, 2003.

ROBIEN, K.; DEMARK-WAHNEFRIED, W.; ROCK, C.L. Evidence-based nutrition guidelines for cancer survivors: current guidelines, knowledge gaps, and future research directions. *Journal of the American Dietetic Association*, v. 111, n. 3, p. 368-375, 2011.

ROCK, C.L.; THOMSON, C.; GANSLER, T.; GAPSTUR, S.M.; MCCULLOUGH, M.L.; PATEL, A.V.; ANDREWS, K.S.; BANDERA, E.V.; SPEES, C.K.; ROBIEN, K.; HARTMAN, S.; SULLIVAN, K.; GRANT, B.L.; HAMILTON, K.K.; KUSHI, L.H.; CAAN, B.J.; KIBBE, D.; BLACK, J.D.; WIEDT, T.L.; MCMAHON, C.; SLOAN, K.; DOYLE, C. American Cancer Society guideline for diet and physical activity for cancer prevention. *CA A Cancer Journal of Clinicians*, v. 70, n. 4, p. 245-271, 2020.

SANTANA, M.V.A.; RODRIGUES, L.A. Gastronomia hospitalar: um olhar para a promoção da saúde. *Revista Brasileira de Nutrição Hospitalar e Materno Infantil*, v. 8, n. 1, p. 42-48, 2018.

SCHMOLL, H.J.; VAN CUTSEM, E.; STEIN, A.; VALENTINI, V.; GLIMELIUS, B.; HAUSTERMANS, K.; NORDLINGER, B.; VAN DE VELDE, C.J.; BALMANA, J.; REGULA, J.; NAGTEGAAL, I.D.; BEETS-TAN, R.G.; ARNOLD, D.; CIARDIELLO, F.; HOFF, P.; KERR, D.; KÖHNE, C.H.; LABIANCA, R.; PRICE, T.; SCHEITHAUER, W.; SOBRERO, A.; TABERNERO, J.; ADERKA, D.; BARROSO, S.; BODOKY, G.; DOUILLARD, J.Y.; EL GHAZALY, H.; GALLARDO, J.; GARIN, A.; GLYNNE-JONES, R.; JORDAN, K.; MESHCHERYAKOV, A.; PAPAMICHAIL, D.; PFEIFFER, P.; SOUGLAKOS, I.; TURHAL, S.; CERVANTES, A. ESMO Consensus Guidelines for management of patients with colon and rectal cancer. A personalized approach to clinical decision making. *Annals of Oncology*, v. 23, n. 10, p. 2479-2516, 2012.

SILVA, F.P.; TAVARES, J.F. Nutrição e gastronomia: aliados no bem-estar e na recuperação de pacientes hospitalizados. *Diálogos em Saúde*, v. 2, n. 2, 2019.

TANGVIK, R.J.; TELL, G.S.; GUTTORMSEN, A.B.; MOWÉ, M.; ERIKSEN, E.F.; HENRIKSEN, M. The nutritional strategy: four questions predict morbidity, mortality and health care costs. *Clinical Nutrition*, v. 36, n. 1, p. 218-225, 2017.

TOKORO, A.; IMAI, H.; FUMITA, S.; HARADA, T.; NORIYUKI, T.; GAMOH, M.; AKASHI, Y.; SATO, H.; KIZAWA, Y. Incidence of opioid-induced constipation in Japanese patients with cancer pain: A prospective observational cohort study. *Cancer Medicine*, v. 8, n. 10, p. 4883-4891, 2019.

VAN DER MEIJ, B.S.; LANGIUS, J.A.; SMIT, E.F.; SPREEUWENBERG, M.D.; VON BLOMBERG, B.M.E.; HEIJBOER, A.C.; PAUL, M.A.; VAN LEEUWEN, P.A.M. Oral nutritional supplements containing (n-3) polyunsaturated fatty acids affect the nutritional status of patients with stage III non-small cell lung cancer during multimodality treatment. *The Journal of Nutrition*, v. 140, n. 10, p. 1774-1780, 2010.

Capítulo 4



10.37423/230507813

INFLUÊNCIA DA MÍDIA NO CONTEXTO ALIMENTAR INFANTIL: REVISÃO INTEGRATIVA

Hellen Kananda Dantas Mendes

*Faculdade de Comunicação, Tecnologia e
Turismo*

Luiz Miguel Gomes Barbosa

Universidade Federal da Paraíba

Juliana de Souza dos Santos Medeiros

*Faculdade de Comunicação, Tecnologia e
Turismo*

Wallace Batista da Costa

*Faculdade de Comunicação, Tecnologia e
Turismo*

Jakeline Olindina Francelino

Universidade Federal de Pernambuco



Resumo: Os hábitos alimentares são instigados por condições socioeconômicas que a família se encontra, amizade, cultura, religião e pela mídia, além das características psicológicas e as preferências alimentares. As propagandas televisivas utilizam estratégias como brinquedos de personagens de filmes infantis ou heróis para captar a atenção dos menores e assim criando um universo de fantasia para os mesmos usufruírem de seus produtos. A consequência desses hábitos pode levar ao aparecimento da obesidade e doenças crônicas não transmissíveis. O objetivo desse trabalho foi avaliar a influência da mídia nos hábitos alimentares das crianças, através de uma pesquisa integrativa. Estudos demonstram que a mídia possui uma forte influência nas escolhas alimentares infantis, desse modo aumentando a incidência de sobrepeso, obesidade e outras patologias. Pode-se concluir que é necessário que os pais, educadores e profissionais de saúde tenham uma atenção aprimorada diante desse exposto para proteger a saúde infantil.

Palavras-chave: Publicidade de alimentos; Marketing infantil; Obesidade infantil; Comportamento alimentar infantil.

INTRODUÇÃO

A nutrição e a alimentação são essenciais para o crescimento e desenvolvimento do indivíduo principalmente na infância. Uma alimentação pobre em nutrientes pode comprometer a saúde em questões fisiológicas e patológicas. É na infância que os hábitos de vida são desenvolvidos e permanecem ao longo de toda a vida (SILVA; COSTA; GIUGLIANI, 2016). Os costumes alimentares são influenciados por diversos fatores como as condições socioeconômicas que a família se encontra, amizade, cultura, religião e pela mídia, além de fatores internos como as características psicológicas e as preferências alimentares (MILANI, *et al.*, 2015). Os aparelhos eletrônicos se tornaram a companhia favorita das crianças e possui um papel influenciador nas práticas alimentares (CECCATTO, *et al.*, 2016).

Nesse sentido, esses fatores contribuem para um alto consumo de alimentos industrializados, por desejarem praticidade e economia de tempo as pessoas começaram a realizar suas refeições fora de casa como restaurantes, padarias, fast food etc. (HENRIQUES, *et al.*, 2012). A consequência desse problema ocasiona um risco elevado de uma série de doenças, como as doenças cardiovasculares, obesidade, diabetes mellitus, certos tipos de câncer, calculose biliar, doenças respiratórias (MEDEIROS, *et al.*, 2011). A mídia usufrui de seus serviços visuais e auditivos com o intuito de garantir a persuadir o público alvo, criando fantasias e assim gerando mais lucros para os anunciantes (UEDA; PORTO e VASCONCELOS, 2014). Dentre todos os veículos de publicidade a que mais se destaca é a televisão, influenciando assim no comportamento e personalidade dos mesmos. São usadas estratégias como brinquedos de personagens de filmes infantis ou heróis para captar a atenção do público, consequentemente refletindo na formação de hábitos alimentares (CECCATTO, *et al.*, 2016; MEDEIROS, *et al.*, 2011).

Além disso, estudos indicam que as crianças brasileiras estão gastando mais tempo em frente à televisão na qual não se há perda de energia e assim contribuindo para o aumento de sobrepeso e obesidade nesta faixa etária. Essa rotina afeta negativamente o público infantil, pois esses hábitos incluem o consumo elevado de gorduras saturadas, sódio e reduzindo assim a ingestão de nutrientes essenciais nessa fase de vida (MEDEIROS, *et al.*, 2011). O presente estudo justifica-se em como os veículos de publicidade pode afetar e influenciar negativamente nas escolhas alimentares das crianças, além de contribuir para o surgimento da obesidade e outras doenças. Para tanto, apresenta-se como objetivo geral desta pesquisa avaliar a influência da mídia nos hábitos alimentares das crianças.

DESENVOLVIMENTO (PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS, RESULTADOS E DISCUSSÃO)

O presente trabalho consiste em uma revisão integrativa, em que foram selecionados artigos em português, inglês e espanhol, publicados no período de 2011 a 2019. Foram utilizados os seguintes Descritores em Ciências da Saúde (DECS) durante esse estudo “Publicidade de alimentos”, “obesidade infantil”, “alimentação infantil”, “marketing infantil” e “comportamento alimentar”. Os critérios de inclusão foram artigos nos idiomas português, inglês e espanhol, além disso, também só foram selecionados artigos direcionados ao público infantil e que estivessem completos. Os critérios de exclusão foram artigos de revisões e originais que não estivessem disponíveis na versão completa e que não se encaixam aos critérios definidos para inclusão. Os artigos foram pesquisados na seguinte base de dados: Scientific Electronic Library Online – Scielo, PubMed e revistas online.

Os quadro 1 e 2 apresentam, respectivamente, artigos selecionados para o presente estudo e suas principais características.

Quadro 1 - Relação de artigos de revisão selecionados para compor o estudo e suas principais características.

AUTOR(ES) / DATA	OBJETIVO	METODOLOGIA	RESULTADOS
ROCHA, <i>et al.</i> , 2017.	Investigar os aspectos psicossociais inerentes à vivência da obesidade na infância e adolescência no Brasil	Revisão integrativa da literatura.	Apontam para a ocorrência de consequências psicossociais multicausais no desenvolvimento da obesidade infanto-juvenil delineadas nos estudos.
CECCATTO, <i>et al.</i> , 2016.	Discutir sobre a influência da mídia no consumo alimentar infantil.	Revisão bibliográfica.	A mídia influencia nos hábitos alimentares das crianças utilizando-se dos mais diferentes artifícios para induzir o consumo ocasionando um risco no aumento de DCNT.
SILVA, <i>et al.</i> , 2016.	Chamar a atenção para a importância da interação entre cuidador e criança durante a alimentação e a influência do estilo de parentalidade na formação do hábito alimentar.	Revisão integrativa	A alimentação é muito importante na formação dos hábitos alimentares e deve ser incentivada pelos profissionais de saúde, que orientarão as famílias sobre como praticá-la.
MILANI, <i>et al.</i> , 2015.	Avaliar a influência da mídia na alimentação infantil.	Revisão da literatura	A mídia é uma forte influenciadora nas escolhas alimentares das crianças, com propagandas de alimentos basicamente de produtos não saudáveis e sem qualquer controle eficiente por normas de regulamentação.
DURÉ <i>et al.</i> , 2015.	Discutir a problemática da obesidade infantil e a sua relação com três agentes que influenciam o estilo de vida de escolares com sobrepeso e obesidade: mídia audiovisual, relações familiares e instituições acadêmicas.	Artigo de revisão de literatura	Verificou-se a necessidade de políticas públicas que normatizem propagandas destinadas ao público infantil, adequando-as ao perfil educativo preventivo.
BELTRAMIN, <i>et al.</i> , 2015	Associação do aumento da prevalência da obesidade infantil proporcional ao tempo despendido em frente à TV, devido ao sedentarismo aliado ao consumo de alimentos calóricos.	Revisão de literatura	Evidenciou forte influência da mídia especialmente das propagandas de produtos alimentícios, que induzem ao consumo de alimentos ricos em sódio, gordura e açúcares e pobre em nutrientes como vitaminas, minerais e fibras, acarretando assim na obesidade infantil;
SANTOS, <i>et al.</i> , 2014.	Alertar sobre a importância da orientação à população quanto ao consumo adequado de alimentos.	Revisão bibliográfica	A mídia televisiva tem participação ativas em atividades cotidianas infanto-juvenis e, assim, os meios de comunicação acabam por desempenhar papel estruturador na construção e desconstrução de hábitos e práticas alimentares.

Fonte: Própria

Quadro 2 - Relação de artigos originais selecionados para compor o estudo e suas principais características.

AUTOR(ES) / DATA	OBJETIVO	METODOLOGIA	RESULTADOS
CAMARGOS, <i>et al.</i> , 2019.	Verificar a prevalência de sobrepeso e de obesidade das crianças do ESF e identificar se existe diferença entre os índices peso por idade, estatura por idade, peso/estatura por idade e IMC por idade em relação ao sexo, à faixa etária e ao nível socioeconômico.	Estudo descritivo transversal.	A prevalência de sobrepeso e de obesidade foi de 7,2% pelo índice peso/estatura e de 4,8% pelo IMC. Crianças com nível socioeconômico A-B apresentaram maior IMC por idade quando comparadas às crianças do nível C. Crianças entre 6 e 12 meses apresentaram valores altos de peso por idade e estatura por idade comparadas aos menores de 6 meses.
COSTA, <i>et al.</i> , 2018.	Investigar a associação entre o consumo de alimentos ultraprocessados na idade pré-escolar e as mudanças na medidas antropométricas da pré-escola à idade escolar e perfil de glicose na idade escolar.	Estudo descritivo transversal.	Sugerem que o consumo precoce de alimentos ultraprocessados teve um papel importante aumento da obesidade abdominal em crianças
SHI, <i>et al.</i> , 2018.	Analisar a associação entre padrões alimentares, ingestão de nutrientes e obesidade em uma população representativa de crianças em idade pré-escolar na Austrália.	Estudo descritivo transversal.	Neste estudo transversal, os padrões alimentares não foram associados à obesidade. O acompanhamento longitudinal ajudará a entender melhor a relação entre os padrões alimentares na primeira infância e o risco de obesidade mais tarde na vida.
KOSTECKA, 2018.	Avaliar as dietas de pré-escolares de 3 a 6 anos e identificar correlações estatísticas entre fatores alimentares e risco de doenças do estilo de vida.	Estudo descritivo transversal.	Comer refeições irregulares aumentou o risco de doenças no estilo de vida e, quanto menor o número de refeições por dia, maior o risco relevante. Os hábitos alimentares formados na infância podem contribuir para o risco de doenças do estilo de vida na idade adulta.
ALLEMANDI, <i>et al.</i> , 2017.	Descrever o número de alimentos processados e ultraprocessados; anúncios direcionados a crianças na televisão argentina, analisar as técnicas de publicidade e qualidade nutricional dos alimentos.	Estudo descritivo transversal.	Os produtos foram mais frequentemente anunciados durante os programas infantis. Promoções especiais e o aparecimento de personagens de desenhos animados eram muito mais frequentes em anúncios segmentados para crianças.
HIDALGO, 2017.	Examinar a publicidade direcionada de alimentos para o público infantil na televisão chilena.	Estudo transversal.	Os alimentos mais divulgados entre as crianças eram laticínios açucarados (28,4%), bebidas açucaradas (25,5%) e cereais açucarados (17,7%). Desses alimentos, 75% excedem os critérios de açúcares livres.
MELO, <i>et al.</i> , 2017.	Avaliar a influência do comportamento dos pais durante a refeição e no excesso de peso na infância.	Estudo transversal, analítico.	O excesso de peso infantil se manifestou estatisticamente relacionado ao comportamento dos pais durante as refeições nos domínios "modelo de consumo de guloseimas" e "refeições especiais".

Fonte: Própria

Nos últimos anos observa-se um declínio no consumo de frutas, vegetais e alimentos que realmente forneçam os nutrientes adequados para o corpo, pois a sociedade está dando preferência a alimentos que possuem uma alta quantidade de carboidrato simples, gordura e sódio (GARCIA, *et al.*, 2014). Sendo assim, vários fatores contribuem na formação dos hábitos alimentares inadequados, como: o papel da mulher no mercado de trabalho, o aumento da carga horária escolar, produtos industrializados, refeições fora de casa, a ausência dos pais, facilidade nas preparações, marketing e entre outros que podem ocasionar o surgimento de deficiências nutricionais (GARCIA, *et al.*, 2014; PASSOS, *et al.*, 2014).

Os hábitos alimentares saudáveis precisam ser incentivados desde os primeiros anos da infância. Além disso, os pais ou responsáveis possuem um papel fundamental nas escolhas alimentares nessa fase, pois as suas seleções, quantidade e qualidade dos alimentos adicionados ao prato, determinam positivamente ou negativamente as preferências das crianças (MELO, *et al.*, 2017). Nessa perspectiva,

a alimentação na infância é primordial para o desenvolvimento infantil, mas muitas vezes não é colocada em prática pela falta de informações dos pais (seja por baixa escolaridade; escassez no acesso aos serviços de saúde) ou responsáveis e pelos diversos fatores que foram citados anteriormente, em razão disso impossibilita a criança de obter um hábito alimentar saudável (PASSOS, *et al.*, 2014).

As doenças crônicas não transmissíveis – DCNT, são responsáveis por inúmeros óbitos no mundo. O consumo de ultraprocessados afeta negativamente a qualidade nutricional, pois esses produtos contribuem para o surgimento das DCNT. Estudos têm demonstrado uma forte associação entre os ultraprocessados com o risco de obesidade, doenças cardiovasculares, hipertensão, diabetes, câncer e entre outros (COSTA, *et al.*, 2018). Sabe-se que as DCNT estão entre os mais sérios problemas de saúde pública no mundo. O alto teor de gordura, sal e açúcar está cada vez mais participativo no cardápio da família, além disso, há indicativos que a publicidade expressa um papel fundamental na incidência dessas doenças. Estudos apontam que a exposição às propagandas de produtos não saudáveis favorece a eclosão da obesidade (ALLEMANDI, *et al.*, 2017).

É na infância que os hábitos alimentares se desenvolvem, portanto é essencial que a dieta seja equilibrada e variada. O estabelecimento do padrão alimentar saudável infantil reflete na fase adulta (SHI; MAKRIDES e ZHOU, 2018). É necessário que as recomendações de ingestão de nutrientes sejam cumpridas, visto que, uma alimentação pobre em nutrientes pode afetar o desenvolvimento fisiológico e também pode atrapalhar o crescimento físico (KOSTECKA, 2018). A obesidade é considerada uma doença crônica com etiologia multifatorial, sendo a alimentação inadequada como um dos principais influenciadores (ROCHA, *et al.*, 2017). Além disso, os menores passam a maior parte do seu tempo assistindo televisão, tablet, videogame ou usufruindo de outros aparelhos eletrônicos que são considerados atividades leves, assim caracterizando o sedentarismo e contribuindo para o aparecimento da obesidade (DURÉ, *et al.*, 2015).

Estudos demonstram que no Brasil a desnutrição reduziu, mas houve um acréscimo da prevalência de sobrepeso e obesidade. Ademais, o país também apresentou uma redução nos valores da deficiência da estatura que é um indicador de nutrição geral na primeira fase da infância (CAMARGOS, *et al.*, 2019). A organização mundial de saúde (OMS) propõe que as crianças não devem passar mais de uma hora em frente à televisão ou jogando videogames, pois isso está diretamente associado com o aumento da ingestão de alimentos industrializados e dessa forma diminuindo o consumo de frutas e vegetais que são vitais nas questões fisiológicas e patológicas dessa fase (SANTOS, *et al.*, 2014).

A mídia televisiva expõe propagandas de alimentos não nutritivos e ricos em calorias à criança, quanto mais tempo ela fica em frente à televisão, maior será a sua influência negativa (SANTOS, *et al.*, 2014). As estratégias mais utilizadas pelo marketing apelam para as características psicológicas como emoções, isso é, apresentando felicidade, curiosidade, carinho e entre outros. Além de usarem as cores, músicas, personagens animados para cativar o seu público (HIDALGO, 2017). Em supermercados, as embalagens de produtos industrializados são geralmente coloridas ou com desenhos para atrair a atenção do consumidor alvo (SANTOS, *et al.*, 2014). Nesse sentido, sabemos que o público infantil não é capaz de julgar de modo adequado, e é por isso que é fundamental ter uma maior atenção em relação a essas questões (BELTRAMIN, *et al.*, 2015).

Diante disso, é perceptível que a publicidade utiliza estratégias para sensibilizar o público. As crianças pedem e os seus pais atendem, sendo assim levadas pelos anúncios atrativos da mídia e ocasionando um descontrole (MILANI, *et al.*, 2015). É essencial haver um diálogo entre pais e filhos, estabelecer limites e incentivar as práticas de exercícios, mas para isso acontecer é preciso que os pais ou responsáveis também tenham uma educação nutricional para garantir que criança tenha o aporte necessário (DURÉ, *et al.*, 2015).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente trabalho permitiu verificar que o consumo alimentar inadequado precocemente está associado à influência da mídia, fatores socioeconômicos, ambientais, psicológicos e a escassez de acesso a informações adequadas para a população. Sendo assim, favorecendo a eclosão de inúmeros déficits nutricionais e doenças crônicas não transmissíveis que refletem negativamente na fase adulta. Diante do exposto, é importante que haja uma maior atenção do governo em relação às propagandas alimentícias, pois muitas delas não seguem a regulamentação para garantir a criança a uma alimentação adequada e saudável.

Dessa forma, também é fundamental a participação dos pais na vida dos seus filhos e assim controlando o uso dos aparelhos eletrônicos. Além disso, também demonstra-se a necessidade na elaboração de ações de educação nutricional em comunidades e escolas com o intuito de orientar os responsáveis sobre a importância dos hábitos alimentares saudáveis na prevenção da obesidade e outras DCNT. A intervenção nutricional contribui significativamente para um melhor crescimento e desenvolvimento infantil consequentemente colaborando para uma melhor qualidade de vida no futuro.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- SILVA, G.A.P.; COSTA, K.A.O.; GIUGLIANI, E.R.J. Alimentação infantil: além dos aspectos nutricionais. *Jornal de Pediatria*, v. 92, n. 3, s. 1, pp. 2-7, 2016.
- MILANI, M.O.; GARLET, L.; ROMERO, G.G.; MATTOS, K.M. Influência da mídia nos hábitos alimentares de crianças: uma revisão sistemática. *Revista de Epidemiologia e Controle de Infecção*, v. 5, n. 3, 2015.
- CECCATTO, D.; SPINELLI, R.B.; ZANARDO, V.P.S.; RIBEIRO, L.A. A influência da mídia no consumo alimentar infantil: uma revisão da literatura. *Revista perspectiva*, v. 42, n. 157, pp. 141-149, 2016.
- HENRIQUES, P.; SALLY, E.O.; BURLANDY, L.; BEILER, R.M. Regulamentação da propaganda de alimentos infantis como estratégia para a promoção da saúde. *Revista Ciência & Saúde Coletiva*, v. 17, n. 2, pp. 481-490, 2012.
- MEDEIROS, C.C.M.; CARDOSO, M.A.A.; PEREIRA, R.A.R.; ALVES, G.T.A.; FRANÇA, I.S.X.; COURA, A.S.; CARVALHO, D.F. Estado nutricional e hábitos de vida em escolares. *Revista brasileira de crescimento e desenvolvimento humano*, v. 21, n. 3, p. 797, 2011.
- UEDA, M.H.; PORTO, R.B.; VASCONCELOS, L.A. Publicidade de Alimentos e Escolhas Alimentares de Crianças. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, v. 30, n. 1, pp. 53-61, 2014.
- GARCIA, C.; BRUM, J.P.; SCHNEIDER, D.E.R.; KOEPP, J.; POSSUELO, L.G. Consumo alimentar: um estudo sobre crianças com sobrepeso e obesidade do Espaço Mamãe Criança de Vera Cruz/RS. *Cinergis*, v. 15, n. 4, 2014.
- PASSOS, D.R.; GIGANTE, D.P.; MACIEL, F.V.; MATIJASEVICH, A. Comportamento alimentar infantil: comparação entre crianças sem e com excesso de peso em uma escola do município de Pelotas, RS. *Revista paulista de pediatria*, v. 33, n. 1, pp. 42-49, 2014.
- MELO, K.M.; CRUZ, A.C.P.; BRITO, M.F.S.F.; PINHO, L. Influência do comportamento dos pais durante a refeição e no excesso de peso na infância. *Escola Anna Nery*, v. 21, n. 4, 2017.
- COSTA, C.S.; RAUBER, F.; LEFFA, P.S.; SANGALLI, C.N.; CAMPAGNOLO, P.D.B.; VITOLO, M.R. Ultra-processed food consumption and its effects on anthropometric and glucose profile: A longitudinal study during childhood. *Nutrition, Metabolism and Cardiovascular Diseases*, v. 29, n. 2, pp. 177-184, 2018.
- ALLEMANDI, L.; CASTRONUOVO, L.; TISCORNIA, M.V.; PONCE, M.; SHOJ, V. Food advertising on Argentinean television: are ultra-processed foods in the lead?. *Public Health Nutrition*, v. 27, n. 2, pp. 1-9, 2017.
- SHI, Z.; MAKRIDES, M.; ZHOU, S.J. Dietary patterns and obesity in preschool children in Australia: a cross-sectional study. *Asia Pacific Journal of Clinical Nutrition*, v. 27, n. 2, pp. 406-412, 2018.
- KOSTECKA, M. The influence of preschool children's diets on the risk of lifestyle diseases. A pilot study. *Annals of the National Institute of Hygiene*, v. 69, n. 2, pp. 139-145, 2018.
- ROCHA, M.; PEREIRA, H.; MAIA, R.; SILVA, E.; MORAIS, N.; MAIA, E. Aspectos psicossociais da obesidade na infância e adolescência. *Psicologia, Saúde & Doenças*, v. 18, n. 3, pp. 713-723, 2017.

DURÉ, M.L.; SCHWANKE, N.L.; BORGES, T.S.; BURGOS, M.S.; GARCIA, E.L.; KRUG, S.F. A obesidade infantil: um olhar sobre o contexto familiar, educacional e a mídia. *Revista de Epidemiologia e Controle de Infecção*, v. 5, n. 4, pp. 191-196, 2015.

CAMARGOS, A.C.R.; AZEVEDO, B.N.S.; SILVA, D.; MENDONÇA, V.A.; LACERDA, A.C.R. Prevalência de sobrepeso e de obesidade no primeiro ano de vida nas Estratégias Saúde da Família. *Cadernos de Saúde coletiva*, v. 27, n. 1, pp. 32-38, 2019.

SANTOS, A.M.; SCHERER, P.T. Mídia e obesidade infantil: uma discussão sobre o peso das propagandas. *Revista FAMECOS*, v. 21, n. 1, pp. 208-223, 2014.

HIDALGO, C.G. Análisis de los alimentos publicitados entre la audiencia infantil en la televisión chilena. *Salud Publica do México*, v. 59, n. 6, pp. 691-700, 2017.

BELTRAMIN, S.M.; VOLKWEIS, D.S.H.; SODER, T.; PINHEIRO, T.L.F.; BENETTI, F. Influência da mídia na obesidade infantil. *EFDeportes*, v. 20, n. 209, p 1, 2015.

Capítulo 5



10.37423/230507814

INTEGRAÇÃO DA GASTRONOMIA NA NUTRIÇÃO DE ATLETAS DO FUTEBOL

Reginaldo Ferreira da Silva Junior

*Faculdade de Comunicação, Tecnologia e
Turismo*

Luana Rodrigues Cordeiro da Silva

*Faculdade de Comunicação, Tecnologia e
Turismo*

Vitória Felício Souto

Universidade Federal de Pernambuco

Jakeline Olindina Francelino

Universidade Federal de Pernambuco

Wallace Batista da Costa

*Faculdade de Comunicação, Tecnologia e
Turismo*



Resumo: O futebol é considerado um esporte de endurance, promovendo gasto calórico alto, tanto em dias de jogos, quanto em treinamentos. As recomendações nutricionais para indivíduos fisicamente ativos devem levar diversos fatores, além das preferências individuais. A gastronomia é uma estetização da maneira de comer que envolve desde a produção da comida até o ritual da refeição, com foco na aceitação sensorial do alimento, enquanto que a nutrição busca pesquisar, conhecer e interpretar todos os fenômenos relacionados aos alimentos e às substâncias nutritivas. Elas se complementam em prol da evolução da gastronomia saudável. O objetivo foi analisar, através de uma revisão da literatura, como a gastronomia coloca-se como aliada na nutrição de atletas, buscando evidenciar os papéis dos profissionais e os conceitos das áreas passíveis de integração. Os resultados indicam que os atletas de futebol possuem baixa aceitação em relação aos planos nutricionais exigidos pelas demandas de treinamento e ainda evidencia que a gastronomia integrada à nutrição, podem ser essenciais na melhoria das dietas propostas para esses atletas.

Palavras-chave: Gastronomia; Futebol; Nutrição, Atleta.

INTRODUÇÃO

Segundo Macedo et. al. (2003), a prática de exercícios físicos é capaz de promover o desenvolvimento de diversos aspectos, sendo esses: linguístico, sensorial, social, cognitivo, físico, motor e afetivo. Mas, muitas pessoas não a realizam apenas para promoção de melhorias na saúde e qualidade de vida, e sim como sua profissão. As bases do treinamento esportivo, como bem fundamentado por Barbanti (2017), deixa claro que a preparação de atletas para o alto rendimento é focada no desempenho e evolução do indivíduo, buscando sua melhor performance, ou seja, seus melhores resultados dentro do objetivo do esporte que pratica.

Sendo assim, o equilíbrio entre o gasto energético e o consumo é de grande importância, visto que na Nutrição Esportiva, a dieta adequada é aquela que supre os nutrientes necessários em quantidades suficientes para a manutenção, o reparo e o crescimento dos tecidos, sem ingestão energética excessiva ou defasada (PANZA et. al, 2007), entendendo que o consumo de líquidos, nutrientes e energia abaixo do nível recomendado influencia profundamente na função termorreguladora, na disponibilidade de substratos, na capacidade de realização do exercício físico, na recuperação posterior e na responsividade ao treinamento (CARVALHO; MARA, 2010).

Diante disso, Zanuto et. al. (2011) evidencia que as recomendações de nutrição para indivíduos fisicamente ativos devem levar em conta as necessidades energéticas, as demandas de treinamento e as preferências nutricionais individuais e ainda aponta que não há um único alimento ou dieta capaz de proporcionar saúde e bons desempenhos nos exercícios, ou seja, não existem “receitas prontas” a serem seguidas, devendo a avaliação e o planejamento minuciosos da ingestão alimentar obedecer às diretrizes nutricionais apropriadas, salientando assim o papel fundamental do nutricionista.

De forma geral, uma pessoa fisicamente ativa deve obter energia e macronutrientes suficientes para repor o glicogênio hepático e muscular, proporcionar aminoácidos para o crescimento e reparo dos tecidos e manter o aporte de lipídios capaz de proporcionar ácidos graxos essenciais e vitaminas lipossolúveis (ZANUTO et. al., 2011). Mas, para alcançar todas essas exigências sabe-se que por muitas vezes as possibilidades adotadas pelas demandas solicitadas nem sempre possuem um sabor agradável, visando principalmente atender as necessidades e recomendações nutricionais e acabam por dificultar a aceitação sensorial e a palatabilidade desses alimentos por parte dos atletas, como afirma Gazolla et. al. (2010).

Diante disso, a gastronomia coloca-se como um ponto chave na perspectiva da nutrição esportiva, visto que para Gonçalves (2018), aliar esses dois conhecimentos pode ser de grande importância para a promoção de uma alimentação saudável e funcional para atletas, desenvolvendo planos alimentares aliados às necessidades específicas de cada indivíduo, possibilitando uma qualidade de vida e melhoria contínua da performance deles.

O futebol é o esporte mais popular em todo o mundo, sendo praticado por todas as nações sem exceção, e nos últimos anos verifica-se um crescente interesse das ciências biológicas em aprofundar os estudos nas mais diversas áreas dos conhecimentos referentes a essa atividade. O futebol, devido à sua duração, pode ser considerado um esporte de endurance, promovendo assim um gasto calórico alto de seus praticantes, tanto em dias de jogos, quanto em treinamentos (PRADO et. al., 2006).

A nutrição e o treinamento são alguns aspectos fundamentais para que o jogador de futebol tenha bom desempenho. A demanda energética dos treinamentos e competições requer que os jogadores consumam uma dieta balanceada, particularmente rica em carboidratos (GUERRA et. al., 2001). Ela deve atender o gasto energético total, garantir uma ingestão de água apropriada, fornecer um balanço adequado de carboidratos, proteínas e lipídeos, bem como atingir as recomendações de micronutrientes. O consumo de nutrientes inadequados por tempo prolongado pode ocasionar, além da perda de performance, danos na saúde e impacto negativo aos atletas em fase de desenvolvimento (ZANUTTO et. al., 2011).

De acordo com um estudo publicado na Revista Resgate (2014), a nutrição, particularmente rica em carboidratos, é essencial para que os atletas tenham a demanda energética necessária para realizar uma boa partida do jogo. Uma partida de futebol pode ter uma área percorrida de 10 a 14 quilômetros, e normalmente, o segundo tempo tem menor intensidade que o primeiro (ZANUTTO et. al., 2011). A American College of Sports Medicine (ACSM) orienta que a ingestão de carboidratos para atletas seja calculada de acordo com a intensidade de treino.

Sendo assim, o presente estudo tem por objetivo analisar, através de uma revisão da literatura, como a gastronomia coloca-se como aliada na nutrição de atletas do futebol, buscando evidenciar quais os papéis dos dois profissionais e quais os possíveis conceitos das áreas que são passíveis de integração. A hipótese do presente estudo é de que a gastronomia e a nutrição quando integradas são capazes de fornecer um aporte no treinamento desportivo e na integridade da vida dos atletas.

O estudo mostra-se de grande importância por buscar a abordagem interdisciplinar, fomentando discussões sobre a necessidade de integrar os conhecimentos para fornecer um serviço de qualidade,

identificando a importância do trabalho em equipe para oferecer um trabalho multidisciplinar abrangendo a maior possibilidade de aspectos possíveis para atingir um determinado objetivo. Ainda assim, este trabalho demonstra a importância da gastronomia enquanto ciência aliada na construção de um plano nutricional para atletas de alto rendimento que seja funcional e agradável em relação às características sensoriais dos alimentos, facilitando assim a aceitação do atleta ao plano.

DESENVOLVIMENTO (PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS, RESULTADOS E DISCUSSÃO)

Realizou-se uma revisão da literatura, a partir da pesquisa bibliográfica de artigos originais sobre como a gastronomia coloca-se como aspecto integrador na nutrição de atletas. Como critérios de inclusão, utilizados para a realização desta investigação adotou-se: 1) Artigos publicados apenas em português, 2) Publicados a partir de 2010, 3) Artigos oriundos de pesquisa de campo e estudos originais. E como critérios de exclusão: 1) Artigos que não apresentam relação com a temática. Para realização da pesquisa, foram utilizados os descritores de saúde “Culinária”, “Processos da Nutrição” e “Atletas”.

A pesquisa foi baseada na análise dos seguintes artigos científicos relacionados à temática da gastronomia coloca-se como aliada na nutrição de atletas, detalhados no Quadro 1. Após a leitura completa desses estudos, todos os conteúdos foram analisados especificamente com o foco para os objetivos da pesquisa e considerações acerca de suas metodologias. Os trabalhos estão organizados de acordo com o ano de publicação.

AUTORIA / ANO	OBJETIVOS	PRINCIPAIS RESULTADOS
RODRIGUES; DOVERA; OUKI, 2016.	Apresentar como é realizada uma abordagem da gastronomia funcional nos cursos superiores, os conteúdos contemplados e o formato da metodologia desse estudo.	O estudo aponta que a Gastronomia Funcional é a interação entre a Nutrição Funcional e a Gastronomia, evidenciando que essas duas áreas se relacionam entre si, unindo conhecimentos para se adaptar à diversas realidades, como a nutrição de atletas que possui demandas e especificidades bem definidas.
GONÇALVES <i>et. al.</i> , 2018.	Descrever os benefícios da integração entre nutrição e gastronomia, bem como demonstrar aos pacientes e consumidores que é possível se alimentar de maneira saudável, sem renunciar à praticidade e ao sabor.	A gastronomia desperta o conhecimento de outras áreas de atuação, sendo uma das principais a nutrição. O estudo evidencia que o nutricionista tem muito a aproveitar dos conhecimentos da gastronomia, visto que atuando em conjunto é possível oferecer o preparo de refeições nutricionalmente saudáveis, que atendam as demandas de seus clientes, mas que também integre as individualidades de sabor daquele indivíduo, desconstruindo o conceito de que comida saudável não pode ser agradável no sabor.
DE SOUZA PAIVA, 2018.	Ressaltar a importância da relação entre a gastronomia e nutrição, evidenciada através de um relato de experiência.	O estudo aponta que é necessário que haja essa correlação da nutrição com a gastronomia, entendendo que esta não se trata apenas de princípios culinários, mas que pode ser uma importante aliada no que se diz respeito a nutrição funcional, buscando entender as demandas de um indivíduo.
TOSTES <i>et.</i>	Avaliar o perfil antropométrico, o	Foi verificado que a maioria dos registros alimentares analisados

al., 2012	padrão de refeições e o consumo alimentar de atletas de uma equipe profissional de futebol mineira.	continha as três refeições principais. Verificou-se que 29,6% dos jantares dos atletas foram substituídos por lanches, sendo essa prática prevalente nos dias de final de semana. O padrão de refeições e o consumo alimentar dos atletas apresentaram algumas inadequações e o fracionamento da dieta em seis refeições diárias e a melhoria da escolha dos alimentos não foi bem aceita pela equipe.
PEZZI; SCHNEIDER, 2010.	Avaliar a ingestão energética e a distribuição de nutrientes de jogadores profissionais de futebol do campeonato brasileiro e compará-los com a nutrição de atletas.	Os resultados indicam uma dieta hipocalórica em relação à recomendação e que os jogadores de futebol apresentaram ingestão insuficiente de energia, e um desequilíbrio dos nutrientes, com maior contribuição percentual de lipídeos pelo menor consumo de carboidratos. No entanto, a dieta dos atletas foi considerada adequada como proteína. Foi evidenciada ainda a baixa aceitação de atletas ao padrão dietético.
MELO <i>et. al.</i> , 2017.	Avaliar a qualidade da dieta de jogadores de futebol da categoria de base (SUB-20) de um clube pernambucano.	O escore médio do IQD das dietas foi de 71 pontos, o que classifica a dieta dos jogadores como “dieta saudável”. Embora a dieta tenha sido avaliada como adequada, vale ressaltar que, os jogadores apresentaram baixo consumo de frutas, verduras e legumes, leites e derivados; e ainda um elevado consumo de alimentos processados e ultraprocessados, em especial nos dias de jogo. Sendo assim, cabe ainda dizer que a aceitação ao plano alimentar proposto foi baixa.

Este trabalho teve por objetivo analisar, através de uma revisão da literatura, como a gastronomia coloca-se como aliada na nutrição de atletas do futebol, buscando evidenciar quais os papéis dos dois profissionais e quais os possíveis conceitos das áreas que são passíveis de integração. Sendo assim, os artigos selecionados foram analisados buscando identificar esses parâmetros e, além disso, buscou-se entender como o profissional de Nutrição pode e deve atuar nesses determinados protocolos, auxiliando na prescrição de dietas adequadas e voltadas às necessidades de cada indivíduo, buscando a aceitação por parte desses atletas.

Cabe notar que nos artigos selecionados a junção entre a nutrição e gastronomia torna-se necessária quando falamos de nutrição de atletas por entender que cada indivíduo tem suas especificidades e gostos individuais e que as famosas dietas prontas podem não ser bem adaptadas a todos. Sendo assim, o trabalho da equipe multiprofissional torna-se essencial na elaboração de um plano nutricional adequado, funcional e que se adeque aos gostos do atleta, desmistificando a ideia da dieta como comida ruim ou sem gosto, tornando as refeições um momento de prazer na vida daquele indivíduo, mesmo que ele tenha determinações a cumprir.

O estudo de Rodrigues *et. al.* (2016) traz contribuições importantes acerca da temática da gastronomia funcional, colocando-a como a integração da nutrição funcional, ou seja, aquela que deve adequar a funcionalidade para qual irá servir, como ocorre nas demandas de treinamentos de atletas, com a gastronomia. Esse aspecto levantado no estudo em questão é importante quando olhamos para as

pesquisas de Tostes et. al. (2012), Pezzi e Schneider (2010) e Melo et. al. (2017) que evidenciaram que atletas de alto rendimento de categorias do futebol, mesmo com necessidades energéticas e nutricionais maiores, não se adequaram ao plano nutricional adequado pelos seus clubes, com baixa ingestão de frutas, legumes, verduras, grãos e laticínios e a opção por um alto consumo de alimentos processados e ultraprocessados.

Quando falamos da baixa aceitação de atletas à uma dieta, podemos levantar hipóteses relacionadas aos aspectos sensoriais e palatativos dos alimentos que geralmente são integrados nesses planos nutricionais. Nesse contexto, cabe a afirmação de que gastronomia e nutrição se complementam, unindo os conhecimentos clínicos do nutricionista aos conhecimentos gastronômicos do chefe e diante dessa condição favorável, o que se tem notado são profissionais utilizando essa junção em prol à evolução da chamada "gastronomia saudável", elaborando pratos atraentes e saborosos, porém utilizando nestas preparações compostos alimentares saudáveis muitos deles com propriedades funcionais

Os estudos de Gonçalves et. al. (2018) e De Souza Paiva (2018) trazem consigo importantes discussões e evidências de que a gastronomia aliada à nutrição, traz uma possibilidade de estabelecimento de uma gastronomia saudável com a renovação das receitas culinárias, buscando de melhorar a palatabilidade ou a aceitação sensorial do alimento, contrapondo a ideia de que alimento saudável é sinônimo de "comida sem graça, ou sem sabor".

Diante disso, fica claro que os artigos como um todo evidenciam a importância da integração entre os dois campos do conhecimento, bem como o entendimento do cenário relacionado à nutrição esportiva de atletas de futebol, que, apesar de necessitarem de um plano nutricional adequado, bem como a ingestão de alimentos saudáveis, muitos não cumprem com as exigências e demandas para o seu organismo, sendo um dos principais fatores, a baixa aceitação das dietas propostas, colocando em xeque a hipótese desse estudo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

De acordo com o exposto no trabalho, é possível concluir que a gastronomia em colaboração com a nutrição, evidencia que esses conhecimentos integrados proporcionam melhorias mediante os serviços oferecidos, buscando atingir objetivos específicos de cada indivíduo. Sendo assim, a nutrição esportiva tem muito a contar com as experiências da ciência gastronomia.

A partir dos trabalhos revisados é possível mensurar a importância de um programa nutricional bem elaborado, respeitando a individualidade de cada atleta e com um acompanhamento de um profissional de Nutrição juntamente com outros profissionais da saúde e da gastronomia.

Sendo assim, o presente estudo consegue correlacionar importantes aspectos da gastronomia e nutrição, evidenciando aspectos passíveis de melhora como as análises metodológicas e métodos de análises dessas correlações, que são de grande importância para um possível crescimento positivo e bem estabelecido de estudos na área, que ainda são poucos. Mas, buscando novos estudos, um rigor metodológico e sistemas fundamentados, cada dia mais será possível atender as necessidades da nutrição esportiva e do treinamento esportivo. Ainda assim, cabe evidenciar que a pesquisa em questão atingiu seu objetivo, trazendo reflexões da notabilidade da união desses dois campos do conhecimento e de seus aspectos positivos, atingindo a hipótese apresentada, colocando a gastronomia como fator integrante para apresentar a construção de um plano nutricional para atletas de alto rendimento que seja funcional e agradável em relação às características sensoriais dos alimentos, facilitando assim a aceitação dos atletas.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BAKER, A.F. A gastronomia e a sua integração com o turismo e a nutrição. 2003. 63 f. Monografia (Especialização em Qualidade de Alimentos) – Universidade de Brasília, Brasília, 2003.
- BARBANTI, V.J. Teoria e prática do treinamento esportivo. São Paulo: Editora Blucher, 2017.
- BUENO, M.L. Da gastronomia francesa à gastronomia global: hibridismos e identidades inventadas. Caderno CrH, v. 29, n. 78, p. 443-462, 2016.
- CARVALHO, T.; MARA, L.S. Hidratação e nutrição no esporte. Revista Brasileira de Medicina do Esporte, v. 16, n. 2, p. 144-148, 2010.
- COUTO, C. Arte de cozinha: alimentação e dietética em Portugal e no Brasil (séculos XVII-XIX). São Paulo: Editora Senac, 2007.
- DEWEY, J. Arte como experiência. São Paulo: Editora Martins Fontes, 2010.
- DIAS, S.X.; BONATTO, S. Composição corporal e perfil dietético de adolescentes atletas de voleibol da Universidade de Caxias do Sul-RS. Revista Brasileira de Nutrição Esportiva, v. 5, n. 29, p. 417-424, 2011.
- DROUARD, A. Histoire des cuisiniers en France: XIX-XX siècle. Paris: CNRS éditions, 2007.
- ECONOMOS, C.D.; BORTZ, S.S.; NELSON, M.E. Nutritional practices of elite athletes. Practical recommendations. Journal of Sports Medicine, v. 16, n. 6, p. 381-399, 1993.
- FISBERG, R.M.; MARCHIONI, D.M.L. ; COLUCCI, A.C.A. Avaliação do consumo alimentar e da ingestão de nutrientes na prática clínica. Arquivo Brasileiro de Endocrinologia Metabólica, v. 53, n. 5, p. 617-624, 2009.
- GONÇALVES, M.P.M.; ANJOS, J.R.C.; CELEMI, L.G.A.; GONÇALVES, R.D.; BALDERAMAS, H.A. A importância da gastronomia para a nutrição. Revista Empreenda UNITOLEDO, Araçatuba, v. 2, n. 1, p. 251-63, 2018.
- GUERRA, I.; SOARES, E.A.; BURINI, R.C. Aspectos nutricionais do futebol de competição. Revista Brasileira de Medicina do Esporte, v. 7, n. 6, p. 200-206, 2001.
- MACEDO, C.S.G.; GARAVELLO, J.J.; OKU, E.C.; MIYAGUSUKU, F.H.; AGNOLL, P.D.; NOCETTI, P.M. Benefícios do exercício físico para a qualidade de vida. Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde, v. 8, n. 2, p. 19-27, 2003.
- MELO, K.G. Índice de qualidade da dieta de jogadores de futebol de um clube Pernambucano. 2016. 42 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Nutrição) – Universidade Federal de Pernambuco, Vitória de Santo Antão, 2016.
- MONTANARI, M. Comida como cultura. São Paulo: Editora SENAC, 2008.
- OLIVEIRA, J.E.D. Educação e direito à alimentação. Estudos Avançados, v. 21, n. 60, p. 127-134, 2007.

PAIVA, A.C.M.S. Gastronomia e nutrição: perspectiva pessoal e profissional. Revista Ibero-Americana de Estudos em Educação, v. 13, n. 2, p. 748-763, 2018.

PANZA, V.P.; COELHO, M.S.P.H.; DI PIETRO, P.F.; ASSIS, M.A.A.; VASCONCELOS, F.A.G. Consumo alimentar de atletas: reflexões sobre recomendações nutricionais, hábitos alimentares e métodos para avaliação do gasto e consumo energéticos. Revista de Nutrição, v. 20, n. 6, p. 681-692, 2007.

PEREIRA, J. Gastronomia e nutrição no mesmo prato. Revista Gestão e Tecnologia Hospitalar, ed. 5, 2011.

PEZZI, F.; SCHNEIDER, C.D. Ingestão energética e de macronutrientes em jogadores de futebol. Revista Brasileira de Nutrição Esportiva, v. 4, n. 22, p. 324-330, 2010.

POULAIN, J.P. Sociologias da alimentação: Os Comedores e o Espaço Social Alimentar. Santa Catarina: Editora UFSC, 2013.

PRADO, W.L.; BOTERO, J.P. ; GUERRA, R. Perfil antropométrico e ingestão de macronutrientes em atletas profissionais brasileiros de futebol, de acordo com suas posições. Revista Brasileira de Medicina do Esporte, v. 12, n. 2, p. 61-65, 2006.

RAMBOURG, P. 2010. Histoire de la cuisine et la gastronomie françaises. Paris: Editora Tempus, 2010.

RODRIGUES, C.; DOVERA, J.S.; OUKI, T.M.M. Gastronomia funcional. 2016. 52 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Tecnólogo em Gastronomia) – Centro Universitário de Brasília, Brasília, 2016.

TOSTES, D.R. ; PAES, S.T. ; RAPOSO, N.R.B. ; CHICOUREL, E.L. ; FOCHAT, R.C. Perfil antropométrico, padrão de refeições e consumo alimentar de atletas de uma equipe profissional de futebol. Lecturas Educación Física y Deportes, Buenos Aires, v. 17, n. 162, p. 1-15, 2012.

ZANUTO, R.; LIMA, W.P.; CARNEVALI JUNIOR, L.C.; LORENZETI, F.M. Biologia e Bioquímica: Bases aplicadas às ciências da saúde. São Paulo: Editora Phorte, 2011.



conhecimentolivre.org/home



contato@conhecimentolivre.org



[editoraconhecimentolivre](#)

Jakeline Olindina Francelino
Viviane do Nascimento Lima
Wallace Batista da Costa

NUTRIÇÃO E SUAS PERSPECTIVAS CIENTÍFICAS



EDITORA CONHECIMENTO LIVRE